TÜRKİYE'NİN GÜVENDİĞİ TARİFLER

FIRIN YEMEKLERİ ÖZEL SAYISI

Sofra

TURKUVAZ

AĞUSTOS 2017 / 08 SAYI: 262

Hepsi fırında 73 TARİF

FİYATI: 7,5 TL KKTC FİYATI: 9 TL
ISSN 1304 - 5547

Dumanı üstünde ekmekler

7 bölgeden 7 yöresel tarif

En has fırın lezzeti: GÜVEÇ

Pilavlar, makarnalar, hamurişleri

Et, tavuk, balık, sebze: *Verin fırına!*

Bambu ormanlarının büyüleyici doğallığı

evinizi taçlandırıyor!

Tropikal iklimlerin rengarenk desenleri ve bambu elyafının kusursuz doğallığıyla tasarlanan Taç Bamboo Koleksiyonu, evinize fark yaratan bir dokunuş katıyor.

TAC® Bamboo

Detaylı bilgi tacinova.com.tr'de.

içindekiler

10 Öneriler
14 Alışveriş
15 Advertorial Sabri Ülker Vakfı
18 Pelin'in Mutfağı
Pilavlar ve makarnalar
26 Et yemekleri
Şefika Günyel'den öneriler
34 Hamurişleri
Börekten keke, pideden pizzaya denenmeye değer tarifler
40 Tavuk ve hindi yemekleri
48 Anne Mutfağı Sebzeli tarifler
54 Dilşat'ın Deneme Mutfağı Güveç
62 Atıştırmalıklar
Zeynep Dinç'ten tatlı-tuzlu pratik lezzetler
70 Yöresel Mutfaklar
Şef Muhsin Ertürk ile 7 bölgeden 7 fırın lezzeti
78 Balık Tabağı
84 Ekmekler
92 Tatlılar
Iryna Okur'dan leziz ve şık tarifler
98 Mekan Biyer Kafe Dükkan
100 Haber
102 Tanıtımlar
106 Fihrist

CALIFORNIA WALNUTS
Onunla her yemek doyumsuz!
CALIFORNIA
Walnuts
www.walnuts.org
I WALNUTS
CaliforniaWalnut.com.tr
/CaliforniaCevizi
/CaliforniaCeviz
0538 600 5401 #Diyetisyenesorun

SOFRA

Sahibi
TURKUVAZ HABERLEŞME VE YAYINCILIK A.Ş.

Tüzel Kişi Temsilcisi ve Genel Müdür Vekili
TUNCEL SUNAR

Yayın Direktörü: ASLIHAN SARP İŞMAN

Genel Yayın Yönetmeni: ESRA DÜZDAĞ esra.duzdag@sofra.com.tr

Yazı İşleri Müdürü: İLKNUR MİNE NARTOP mine.nartop@sofra.com.tr

Görsel Yönetmen: AYŞE YAZICI

Editör: SELMA ŞEN selma.sen@sofra.com.tr

Muhabir: SELENAY KÜBRA KOÇER selenay.kocer@sofra.com.tr

Fotoğraflar: ERKİN ÖN erkin.on@sofra.com.tr

Yemek Danışmanı: ELİF Y. KORKMAZEL

Katkıda bulunanlar: DİLŞAT YAŞAR
ŞEFİKA GÜNYEL - PELİN BOZKURT BİLGİÇ
GÜLŞEN YILMAZ - AYŞE ÜNAL - IRYNA OKUR
MELİS ÇOLAK - ÇAĞLAR KARAKAYA

Fotoğraf Editörü: CANAN YETİŞTİ SATKIN

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü ve
İnternet Yayın Sorumlusu:
ŞEFİK ÇALIK

Genel Müdür Yardımcısı: YONCA ERTÜRK ÖZEREN

Üretim Takip Yönetmeni: UFUK CAN
Tanıtım Uzmanı: ZEYNEP DOĞAN
Grafiker: FİLİZ MORAY - MERVE VURAL

Reklam Satış Genel Müdürü: YASEMİN GEBEŞ
Reklam Satış Genel Müdür Yardımcısı: SEMA TEKER
Reklam Satış Grup Koordinatörü: EBRU KAÇAR GİRGİÇ
Reklam Rezervasyon Tel: (0212) 354 33 61 / 63 Fax: (0212) 354 33 75

Bölgeler Reklam Satış Grup Koordinatörü: AYNUR GÜKCAN
Ankara Reklam Satış Grup Koordinatörü: AYŞE ALTUN
Ege Reklam Satış Müdürü: ŞEBNEM AKDENİZ
Adana Reklam Satış Koordinatörü: GÜNEY YILMAZ

TURKUVAZ GRUBU HİZMETLERİ
Marka ve Pazarlama Grup Başkanı: SİNAN KÖKSAL

ABONELİK
Abone Operasyon Müdürü: UFUK KOCAOĞLU
Çağrı Merkezi: **444 88 81**
abone@turkuvazabone.com - www.turkuvazabone.com
http://www.facebook.com/TurkuvazMedyaAboneHizmetleri
http://twitter.com/#!/TurkuvazAbone

SOFRA Turkuvaz Dergisi'nin imtiyaz ve yayın hakkı, Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş'ye aittir. Sofra Turkuvaz Dergisi'nde yayımlanan ilanların sorumluluğu ilan sahiplerine aittir. Sofra Turkuvaz adı ve amblemi Türkiye'de hiç bir şekilde başkalarınca kullanılamaz. Sofra Turkuvaz Dergisi'nde yayımlanmakta olan her türlü yazı, resim, fotoğraf ve illüstrasyonun Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş.'nin izni olmadan kısmen veya tamamen kullanılması, yayımlanması yasaktır. Türkiye'de hazırlanıp basılmıştır.

Turkuvaz Dergi Tel: (0 212) 354 30 00 Fax: (0212) 354 36 31
Yazışma Adresi: Turkuvaz Dergi Grubu, Barbaros Bulvarı, Cam Han, No: 153 Balmumcu 34349 Beşiktaş / İSTANBUL
Yayının Türü: Yerel, süreli FIPP üyesidir.
Yönetim Yeri: Barbaros Bulvarı, Cam Han, No: 153 Balmumcu 34349 Beşiktaş / İstanbul
Yayımcı: Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş.
Matbaa Genel Müdürü: MEHMET KAMİLOĞLU
Basımcı: Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş.
Basıldığı Yer: Akpınar Mah. Hasan Basri Cad. No: 4 Sancaktepe-İstanbul
Tel: (0216) 585 90 00 - www.turkuvazmatbaacilik.com
Basıldığı Tarih: AĞUSTOS 2017
Dağıtım: Turkuvaz Dağıtım Pazarlama A.Ş.
Dergi İşletme Müdürü: HAKAN DEMİRCİ

sofrabaşı

Lezzet ve keyif dolu bir Ağustos

★ Dirty Hands, farklı kültürlerin sokak lezzetlerinden ilham alarak oluşturduğu mönüsü ile yaz boyunca Çeşme Fly-Inn Beach'te olacak.

★ Shangri-La Bosphorus İstanbul, IST TOO Restoran cuma ve cumartesi akşamları 18.30-22.00 saatleri arasında "Yiyebildiğin Kadar Sushi ve Et" konsepti ile farklı fiyat aralıklarında mönüler sunuyor. Tel: (0212) 275 88 88

★ St. Regis İstanbul, Harbiye Açıkhava Sahnesi ve Lütfi Kırdar Kongre Merkezi'nde gerçekleşen konserleri izlemek isteyenler için günün konserine özel mönüler hazırlıyor. Tel: (0212) 368 08 36

★ Kitchenette Palmarina, Bodrum Müzik Festivali kapsamında gerçekleşecek "Müzikli Sofralar" etkinliğine, 15 Ağustos'ta Şef Hazer Amani'nin Bodrum'un yerel tatlarından hazırladığı mönü ile ev sahipliği yapacak.

★ Conrad İstanbul Bosphorus Summit Bar & Terrace, her çarşamba atıştırmalık lezzetlerin yer aldığı özel mönü eşliğinde Boğaz'a karşı caz keyfi sunuyor. Tel: (0212) 310 25 25

★ Mövenpick Hotel İstanbul'un İtalyan Başaşçısı Giovanni Terracciano tarafından hazırlanan hafif ve sağlıklı lezzetlerden oluşan renkli yaz mönüsünü AzzuR Restaurant'ta tadabilirsiniz. Tel: (0212) 319 29 29

★ Rixos Premium Tekirova, 16-18 Ağustos tarihleri arasında bu yıl üçüncüsü düzenlenecek Geleneksel Rixy Kids Fest'e (Rixy Çocuk Şenliği) ev sahipliği yapıyor.

★ Çınaraltı Mangalbaşı'nda fındık kabuğu ateşi ile yanan mangallı masalarda kendi seçtiğiniz etleri kendiniz pişirebileceğiniz gibi pişmiş olarak da sipariş edebiliyorsunuz. Tel: (0535) 334 44 44

yayla
GURME FİT
NEW! YENİ!
Yaşam Senin
Sağlıklı Kal!
yayla
GURME FİT
vegan
Kinoalı Bulgur
15 DAKİKADA HAZIR
360 g
15 DAKİKADA HAZIR!
Yaşam Senin
Sağlıklı Kal!
Chialı Bulgur
Greçkalı Bulgur
Nohutlu Bulgur
15
25
160 g
YAYLA AGRO
Gıda Sanayi ve Nakliyat A.Ş.
çiftçi
Dariem
yunus
Sağlıklı bilgiler için takip edebilirsiniz; / yaylabakliyat
BRC GLOBAL STANDARDS
IFS
TSE-ISO-EN 22000
YESİDEF

Esra Düzdağ
esra.duzdag@sofra.com.tr

Hepsini fırınladık!

İşte yine yeniden yepyeni bir özel sayı ile huzurlarınızdayız! Pratik ve sağlıklı olması bakımından Ağustos sıcaklarına uymasıyla birlikte, lezzetten de asla ödün vermeyecek bir pişirme yöntemini konu ederek "Fırın Yemekleri Özel Sayısı" hazırladık sizler için...

Günümüzde "fırın" dendiğinde ilk olarak aklımıza elektrik, tüpgaz ya da doğalgazla çalışan, yiyecekleri pişirmeye veya ısıtmaya yarayan mutfak ekipmanları geliyor... Fırın kelimesini kaç farklı anlamda kullandığımızı hatırlamak içinse Türk Dil Kurumu'na bakmak yeterli! Mutfaklarımızın vazgeçilmez ekipmanı olmanın yanı sıra, odun ya da kömür ateşiyle yanan önü açık ocaklar ve ekmek pişirilip satılan dükkanlar dilimizde "fırın" olarak anılırken, fırında pişirilmiş yemekler için de sıfat olarak kullanıyoruz bu "sıcak" kelimeyi...

Fırın, en eski pişirme yöntemlerinden biri aslında... Ateşin keşfinden itibaren "pişirme" eyleminden vazgeçmeyen insanoğlu, bunun için de pek çok yöntem geliştirmiş elbette... Mangal, tandır derken ateş üzerine kurulan çeşit çeşit ocaklar, zamanla gazlı-elektrikli fırınlara dönüşmüş. Kayıtlara göre ilk elektrikli fırın 1889'da İsviçre'nin Sameden kentinde Hotel Bernina'da kullanılmış.

Türk Mutfağı'nın baştacı ekmek, yufka, pide yapımı için Anadolu'nun en küçük köyünde, beldesinde bile hala mutlaka açık alana kurulu fırınlar vardır. Günlük ihtiyaçlar için kullanıldığı gibi bayram öncesi günlerde daha da yoğunlaşır fırınların trafiği... Evde hazırlanan pide ya da börek içini, tepsiyle götürdüğümüz baklavayı-böreği ya da güveci misler gibi pişiren fırınların, büyük şehirlerde hala mevcut olması da büyük şans...

Pratik ve sağlıklı olmasıyla birlikte, fırında pişirme yönteminin diğer yöntemler arasında en öne çıkan özelliği, bana sorarsanız lezzet... Sebzelerin, etin kendi suyuyla pişmesi, hamurların dışı çıtır-içi yumuşacık kıvamı... Ortaya yayılan mis gibi kokular... Bir de fırından çıktığı haliyle getirip masaya koyduğunuzda en vasat sofrayı bile şölene dönüştüren görsel bir tarafı var fırın yemeklerinin...

Annelerimizin genellikle kek-börek-tavuk-balık pişirmek için kullandığı fırınlar, günümüzde tüm yemek kategorileri için hayat kurtarıcı olabiliyor... Dilimlenmiş sebzelerin üzerine tuz-baharat ve çok az zeytinyağı gezdirerek fırınlamak ne kadar sade ve basit gibi görünse de, doğru karışımı yakaladığınızda, garnitür olmaktan öte başlıbaşına bir ana yemek çıkabiliyor ortaya! Günümüzün "eskiye dönüş" akımıyla birlikte iyi yemeğin izini sürenler için ekmeğini, atıştırmalığını evde yapmak ise her anlamda mutluluk verici bir uğraş...

Uzun lafın kısası, bu ay kahvaltıdan davet sofralarına her öğüne yakışacak tüm yemekleri fırınladık ve son derece pratik, sağlıklı, leziz tatlar çıktı ortaya...

Tadı damağınızda kalacak Sofra'larda buluşmak dileğiyle...

MUTFAK KÜLTÜRÜNDEN DERGİLER

AVUCUNUZUN İÇİNDE

Turkcell'liler, 300 popüler dergiyi tarifelerine ek ücret ödemeden okuyor. 5 GB internet hediyesi ile dergilerini, internetini harcamadan indiriyor.

TURKCELL'LİLER DERGİLİK İÇİN TARİFELERİNE **EK ÜCRET ÖDEMEZ**

Dergilik

HEMEN İNDİR!

App Store'dan İndirin

Google Play'DEN ALIN

Tarife paketlerine Dergilik ve Dergilik'te geçerli aylık 5 GB mobil internet paketi eklenmiş bireysel hatlı Turkcell aboneleri, tarifelerine ek herhangi bir ücret ödemeden Dergilik'teki dergileri indirebilir, okuyabilirler. Dergilik ve Dergilik'te geçerli 5GB mobil internetin dahil olduğu tarife paketleri listesine www.turkcell.com.tr'den ulaşabilirsiniz. Dergilik'ten tüm operatör kullanıcıları faydalanabilir. Dergilik bir Turkteli Bilişim Servisleri A.Ş ürünüdür.

Hazırlayan: Mine NARTOP

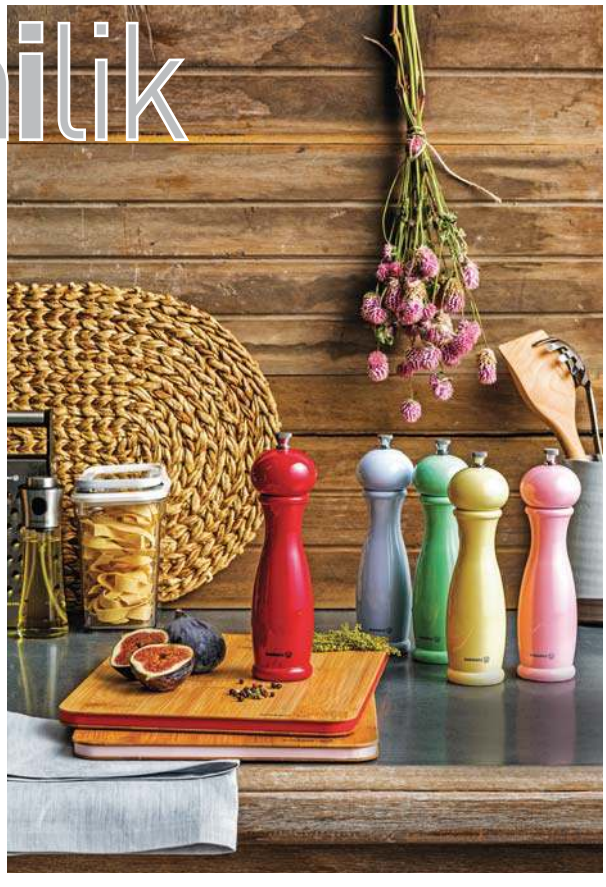
Sağlıktan güzelliğe...

Ecolife Organik Hindistancevizi Yağı, cildi nemlendirme, saçları güçlendirme, makyaj temizleme ve bağışıklık sistemini korumanın yanı sıra her türlü yemek ve tatlılarda da kullanılabiliyor. Ürün kolay sindirildiği ve vücutta depolanmadığı için formuna dikkat edenler için de uygun bir tercih.

yenilik

Rengarenk zarafet

Korkmaz, Natura Colours Tuz-Karabiber Öğütücüsü, sofralara rengarenk bir şıklık katıyor. Ergonomik tasarımı ve paslanmaz çelik tabanı sayesinde kolay kullanım imkanı da sunan ürünün; pembe, sarı, lila ve kırmızı renk seçenekleri bulunuyor.



Limonlu serinlik!

Freşa'nın ürettiği İnişdibi Limonlu, doğal maden suyu ile limon suyunun buluşmasından meydana geliyor. İçeriğinde yüzde 4 oranında limondan elde edilen meyve suyu bulunan İnişdibi Limonlu'da şeker de yok. Üstelik bir şişe yalnızca 4 kalori!

Özgün bir lezzet serüveni

Pernigotti IL Gelato, yeni kap serisini dondurmaseverlerle buluşturdu. Serinin en dikkat çeken özelliği ise dondurmalara lezzet katan ürünlerin tümünün asıl kökeni olan ülkelerden geliyor ve farklı coğrafyalara özgü lezzetleri tatma imkanı sunuyor olması.

Tarifi farklı, lezzeti katlı

Eti'nin yeni ürünü Pastamia kat kat yapısı, bol kreması ve şık görüntüsüyle buzdolaplarının yeni yıldızı olmaya aday. Pastamia'nın "Sütlü-Ballı-Cevizli" ve "Sütlü-Ballı-Kakaolu" iki çeşidi bulunuyor.

Şifalı karışım

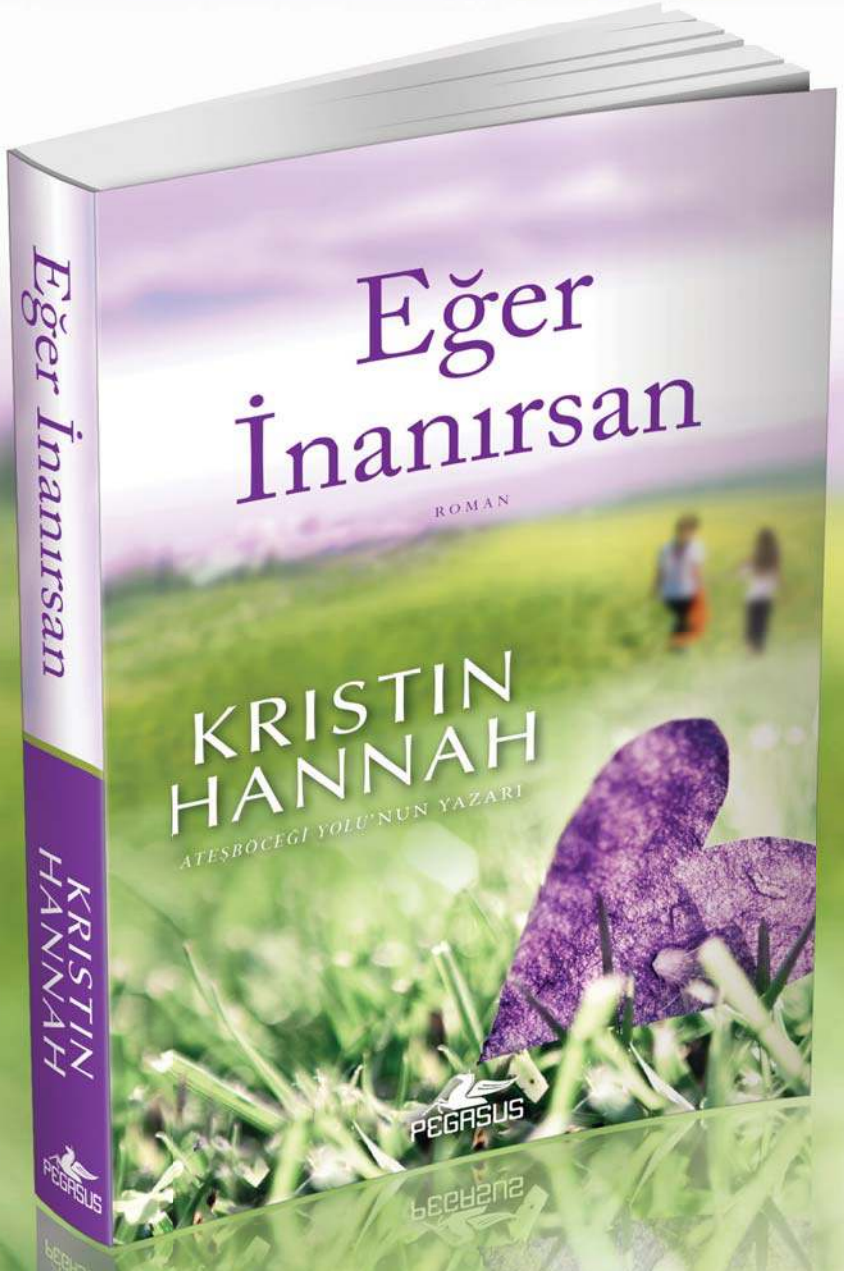
BEE'O UP Propolis Çam Balı, Muğla Marmaris bölgesinde doğal olarak yetişen çam ormanlarından elde edilen ham çam balı ile yüksek oranda propolis ile hazırlanıyor. Özellikle de bağışıklık sistemini güçlendirmek için öneriliyor.

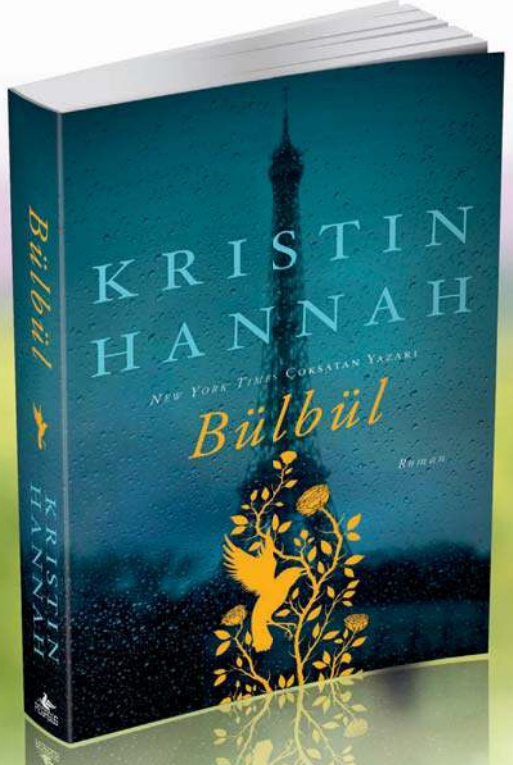
Makarna aşkına!

Uzakdoğu'nun mucizesi Konjac bitkisinden üretilen Skinny Pasta, yağ, kolesterol, şeker ve gluten içermiyor. 100 gramı 9 kalori olan Skinny Pasta, makarnadan vazgeçmeden kilo vermek ve formunu korumak isteyenlerin yanı sıra diyabet ve çölyak hastaları tarafından da kullanılabiliyor. www.skinnypasta.com.tr

ürünler

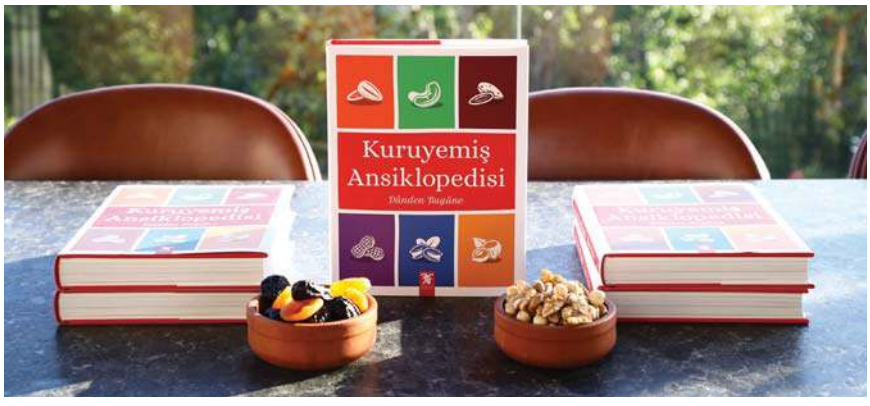
Gerçek özgürlük, yüreğinin sesini dinleyebilmektir…





twitter.com/pegasusyayinevi
facebook.com/pegasusyayinlari
instagram.com/pegasusyayinlari
PEGASUS
www.pegasusyayinlari.com

Hazırlayan: Mine NARTOP



Kuryemişe dair her şey

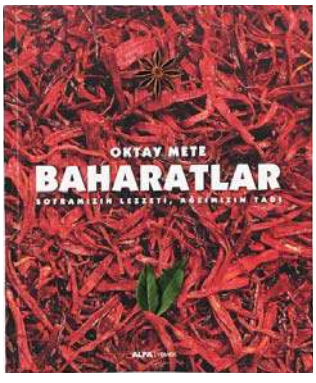
Türkiye'de kuryemiş konusunda kapsamlı olarak yapılan ilk çalışma olan "Kuryemiş Ansiklopedisi" akademisyen, uzman ve araştırmacılardan oluşan 33 kişilik yazar kadrosunun titiz çalışması ve Tadım'ın desteği ile okuyucularla buluştu. Overteam Yayınları'ndan çıkan Kuryemiş Ansiklopedisi'nde; tariflerden bilmecelere, atasözlerinden şarkılara kadar kuryemişin başrolde olduğu 550 madde yer alıyor.

yenilik

Taze taze yanınızda

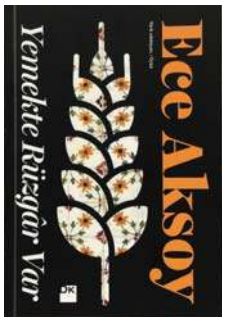
Arzum'un yeni ürünü Shake'N Take, detoks içeceklerinden meyve kokteyllerine ve bebek mamasına dek birçok içeceği hızlı şekilde hazırlayabiliyor. Buz kırma özelliği de bulunan ürün, taşınabilir hazneleri ve kullanım kolaylığı ile de dikkat çekiyor.

kitaplık



A'dan Z'ye baharatlar

Oktay Mete tarafından hazırlanan "Baharatlar, Soframızın Lezzeti, Ağzımızın Tadı" kitabı Alfa Yayınları'ndan çıktı. Kitapta baharatların tarihçesinden, hangi yemeklerde kullanılacağına, başka hangi baharatlarla uyum sağladığına ve tıbbi özelliklerine dek pek çok bilgiye yer veriliyor.



Lezzetli öyküler

Maharetli bir aşçı olarak tanıdığımız Ece Aksoy, bu kez "Yemekte Rüzgar Var" adlı öykü kitabıyla karşımızda. Kitapta yer alan öykülerin içine yazarın tat ve kokuyla olan vazgeçilmez beraberliğinin bir yansıması olarak, bir de tarif eklenivermiş.

Yeme içme günlükleri

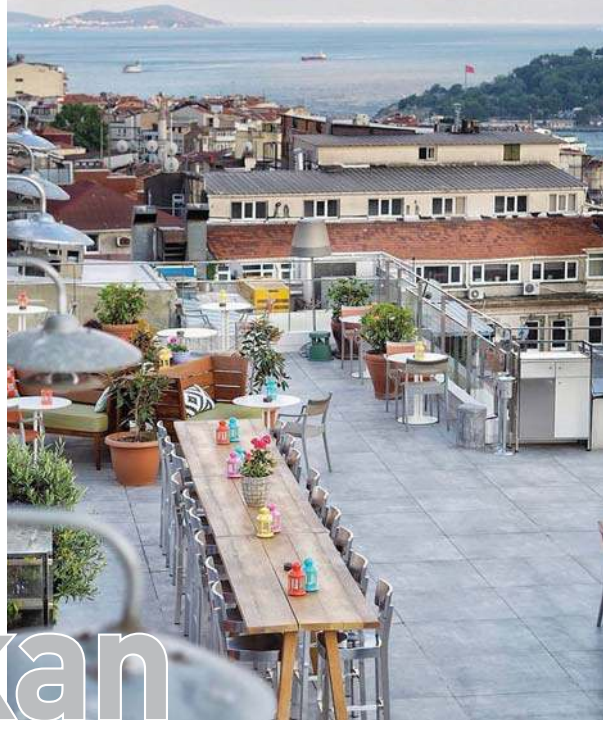
Gültekin Emre, okuduğu kitaplarda ve yazılarda yeme-içmeye ilişkin rastladıklarının kendisinde bıraktığı izlenimleri, düşünceleri ve çağrışımları ayrıca dışarıda yediği yemekleri, lokantaları, dost sofralarının lezzetlerini, çarşı pazar gezmelerinde gördüğü yemek kültürüne ilişkin detayları Yiyelim İçelim, Okuyalım Yazalım, Günlükler 2013-2016'da paylaşıyor.

mekan

Çepeçevre İstanbul

Demirören İstiklal Palas'ın 7. katında açılan İstiklal Terrace, Tarihi Yarımada, Boğaz ve adalar manzarası eşliğinde yemek, müzik ve eğlenceyi buluşturuyor. Mekanın iddialı lezzetleri arasında "Tavuk tempura", "Çıtır mantı", "Keçi peyniri ve acuka bruschetta" ve "Ahududu soslu çıtır kadayıflı muhallebi" yer alıyor.

Tel: (0212) 252 01 00



©2017 Home Box Office, Inc. All Rights Reserved. HBO® and related channels and service marks are the property of Home Box Office, Inc.

Hazırlayan: Mine NARTOP

Fırından sofraya...

Bu ay tüm tariflerimiz fırında pişiyor. O yüzden biz de her türlü tarifi hem pişirebileceğiniz hem de sofraya servis edebileceğiniz en şık fırın kabı önerilerini sizin için derledik...

Fırın kabı seti
169 TL **Emsan**

Yuvarlak fırın kabı 29 TL **Korkmaz**

Fırın kabı 72.50 TL **Bernardo**

Ayaklı fırın kabı 130 TL
Crate and Barrel

3 parça fırın kabı seti 130 TL **Crate and Barrel**

4 parça fırın kabı seti 17.99 TL **İkea**

Yuvarlak fırın kabı 70 TL **Porland**

Renkli cam fırın kabı 12 TL **Paşabahçe**

Fırın kabı 14.99 TL **İkea**

Fırın kabı
83.30 TL
Crate and Barrel

Çelik fırın kabı
69.99 TL
İkea

Çantalı Borcam
34.90 TL **Paşabahçe**

SABRİ ÜLKER
GIDA ARAŞTIRMALARI ENSTİTÜSÜ
VAKFI

İple çektiğiniz yaz ayları zehir olmasın

Yaz aylarında tüketilen besinlerin saklanması her zamankinden daha fazla önem taşıyor. Sıcaklıkların artmasıyla besinlerde çoğalabilen bakteriler sağlığı tehdit ediyor. Sabri Ülker Vakfı besin zehirlenmelerine dikkat çekiyor!

Yaz aylarında sıcaklığın artmasıyla birlikte besin zehirlenmeleri görülme sıklığı da artabiliyor. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre besinler aracılığı ile insan organizmasına taşınan bakteri, virüs, parazit, toksin ve kimyasal maddeler gibi kirleticilerden kaynaklanan besin zehirlenmelerine bağlı hastalıklar, her yıl dünyada yaklaşık 600 milyon kişiyi, yani her 10 kişiden birini etkiliyor.

Besinler bizi neden zehirler?

Besin zehirlenmeleri genellikle bulantı, kusma, karın ağrısı, kramp ve ishal gibi belirtilerle kendini gösterir. Çeşitli kaynaklardan besinlere bulaşan kirleticiler, besinlerin uygun sıcaklıkta saklanmaması ve hazırlama, pişirme ile servis etme sürecinde hijyen kurallarına dikkat edilmemesi sonucu besin zehirlenmelerinin başlıca nedenleri arasında sayılabilir. Özellikle yaz aylarında et, tavuk, balık, süt/süt ürünleri ve yumurta gibi besinler uygun bir şekilde saklanmaz ve hazırlanmazsa, bakteriyel bozulmalar gelişebilir.

Besin zehirlenmelerini önlemek için nelere dikkat etmeli?

- Açıkta satılmayan ve güvendiğiniz yerlerden, hijyenik ve taze besinleri satın almaya özen gösterin.
- Kişisel hijyeninize dikkat edin. Besinleri hazırlamadan önce ellerinizi sabunla 2 dakika boyunca yıkayın.
- Et, balık ve tavuk gibi besinlerin hazırlanmasında kullanılan parçalama tahtaları, bıçak gibi araç ve gereçleri olası çapraz bulaşma riskinden dolayı çok iyi yıkamadan sebze ve diğer besinlerin hazırlanmasında kesinlikle kullanmayın.
- Çiğ etler ve sebzeleri buzdolabında farklı yerlerde ve uygun raflarda saklayın.
- Et, tavuk ve balıkları buzdolabında saklarken iyi paketleyin.
- İyi yıkanmamış sebze ve meyveleri, temiz olmayan içme sularını ve pastörize edilmemiş süt ve ürünlerini tüketmeyin.
- Besinlerinizin iyi piştiğinden emin olun. Yeterli süre ve sıcaklıkta pişmeyen yiyecekler zararlı bakterilerin sindirim sistemine taşınmasına yol açabilir.
- Pişmiş yiyecekleri oda sıcaklığında 2 saatten fazla bekletmeden, soğuduktan sonra, buzdolabında muhafaza edin.
- Market alışverişlerinde et, süt ve süt ürünleri ile dondurulmuş besinleri alışverişinizin sonunda alın.
- Dondurulmuş besinleri buzdolabının alt bölmesinde veya mikrodalga fırınlarda çözdürün ve tekrar dondurmayın.
- Tahıllar ve kuru baklagilleri kuru ortamlarda ve 15°C -20°C arasındaki sıcaklıklarda muhafaza edin.
- Buzdolabından çıkararak ısıttığınız bir yiyeceği, yeniden buzdolabına koyup tekrar ısıtmayın. Özellikle yaz aylarında açıkta satılan yiyeceklerin tüketiminden kaçının.

Besin zehirlenmesine yakalanırsak ne yapmalıyız?

Herhangi bir yiyecek ve içecek kaynaklı besin zehirlenmesi yaşadığınızı düşünüyorsanız mutlaka bir hekime başvurmalısınız. Besin zehirlenmelerinin yol açtığı kusma ve ishal, sıvı ve mineral kaybına yol açtığından, bu kayıpların yerine konması oldukça önemlidir. Besin zehirlenmesine yol açan enfeksiyon kaynağı belirlendikten sonra diyetisyene danışarak uygun beslenme programı uygulanmalıdır.

Sabri Ülker Vakfı proje ve etkinliklerini yakından takip etmek için: **www.sabriulkerfoundation.org**

/Sabri Ülker Gıda Araştırmaları Enstitüsü Vakfı /sabriulkervakfi /sabriulkervakfi /Sabri Ülker Gıda Araştırmaları Enstitüsü Vakfı

Çokokrem'den Enfes Piknik Sunumları

Kahvaltılar Çokokrem'le güzel! Peki ya piknikler? Piknik sepetinizden eksik etmeyeceğiniz, piknik sofralarının vazgeçilmezi olacak Çokokremli lezzetler!

Piknik Çokokrem'le daha güzel!

PİKNİK SOFRALARINDA LEZZET MOZAİĞİ!

Çokokremli Mozaik'i piknik sepetlerimize ekleyip, piknik sofralarımızı tatlandırmaya var mısınız? İlk olarak 2 yemek kaşığı Çokokrem'i mikrodalgada ısıtıyoruz. Çokokrem'in iyice yumuşamasını istiyoruz. Çokokrem istediğimiz kıvama gelince bir kupun yarısını dolduracak şekilde döküyoruz. Daha sonra 2 adet Ülker Pötibör'ü parçalayıp Çokokrem'in üzerine serpiştiryoruz. Son olarak bir parça Ülker Sütlü Çikolata rendeleyip üst kısma ekliyoruz ve Çokokremli Mozaik'i tamamlıyoruz.

ÇOKOPİZZA'YLA PİKNİKLER BİR BAŞKA!

Herkesin çok sevdiği pizzayı bir de Çokokrem'le deneyin! İlk olarak derin bir kaba 1,5 su bardağı unu koyuyoruz. Üzerine süt, zeytinyağı, şeker ve maya ekleyerek karıştırıyoruz. Yumuşak bir hamur elde edene kadar azar azar ılık su ekleyip yoğuruyoruz. Hazırladığımız hamuru 30 dk mayaladıktan sonra merdane yardımıyla yemek tabağı büyüklüğünde açıyoruz. Ve 200 derecede Çokopizza'nın hamurunu pişiriyoruz. Daha sonra üzerine bol bol Çokorem sürüyoruz. Hamurun üst kısmını Çokokrem'le kaplıyoruz. En üst kısma da muz ve çilek dilimleri yerleştiriyoruz. Çokopizza'yı afiyetle yiyoruz!

NEŞELİ ÇOKOKREM

Günlük hayatımızda sık sık kullandığımız, anlık duygu ve düşüncelerimizi yansıtan çıkartmaları Çokokrem'le birleştiriyoruz, piknıklerimize lezzet katıyoruz. İlk olarak bir paket fındıklı Ülker Hanımeller alıyoruz. Genişçe bir tabağa yayıyoruz. Daha sonra Ülker Hanımeller'in üzerine tüp Çokokrem'le çeşitli yüzler çiziyoruz. Neşeli Çokokrem'lerle pikniklerimize lezzet katıyoruz!

KRUVASAN LEZZETİNİ ÇOKOKREM'LE KATLA!

Kruvasan lezzeti Çokokrem'le birleşti, piknik sofraları şenlendi! Hadi, hem leziz hem pratik Çokokemli Kruvasan'ı yapmaya başlayalım. İlk olarak 3 adet çileği ve 10 adet çiğ bademi ince ince dilimliyoruz. Daha sonra kruvasanımızı ortadan ikiye kesiyoruz ve içini güzelce açıyoruz. Kruvasanımızın alt kısımına bolca Çokokrem sürüyoruz ve bu kısmı Çokokrem'le kapatıyoruz. Son olarak, önceden dilimlediğimiz çilek ve bademi de ekleyip Çokokremli Kruvasan'ı tamamlıyoruz. Afiyet olsun!

ÜLKER

Fırında pilav ve makarnalar...

Pelin Bozkurt Bilgiç

Öğlen ya da akşam öğünlerinde sebze yemeklerine destekçi olan, yeri geldiğinde farklı malzemelerle birleşip başlı başına ana öğün mertebesine yükselebilen pilav ve makarnaları fırında pişirerek farklı tatlar yakalayan Pelin Bozkurt Bilgiç'in önerilerini mutlaka denemelisiniz...

Stilist: Selma ŞEN
Fotoğraflar: Erkin ÖN

Tabak ve aksesuarlar:
Mara Gülerşen Atölye - www.maragulersen.com

Fırında Tavuklu Pilav *Tarifi sayfa 20'de*

Fırında Bolonez Soslu Makarna

Tarifi sayfa 20'de

FIRINDA TAVUKLU PİLAV

6 kişilik
- 6 adet derisi alınmış tavuk baget
- 2 su bardağı baldo pirinç
- 1 adet defne yaprağı
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı
- 7-8 adet kuru erik
- 50 gram kuru üzüm
- 2 su bardağı tavuk suyu
- 1 tatlı kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı tarçın
- Tuz, karabiber

1 TAVUK bagetleri tencereye alıp, üzerini iki parmak geçecek kadar su koyun. Defne yaprağı ve tuz ilave edip haşlayın. Suyunu süzdürüp bir kenara ayırın.

2 Ayrı bir yerde pirinci ılık tuzlu suda 30 dakika dinlendirin. Daha sonra suyunu süzdürüp tencereye alın ve tereyağı zeytinyağı karışımında şeffaflaşana dek kavurun.

3 Orta boy kelepçeli kalıbın altına tavuk butlarını yerleştirip, kuru erik ve kuru üzümleri serpiştirin. Üzerine pirinci koyup bastırın. Pirincin üzerini geçmeyecek kadar tavuk suyu ilave edip, kimyon, tarçın ve karabiber serpiştirin. Harmanlayıp, üzerini kapatın ve önceden ısıtılmış 160 derece fırında 45 dakika pişirin.

FIRINDA BOLONEZ SOSLU MAKARNA

4 kişilik
- 1 paket rigatoni (kalem makarna)
- 1 çorba kaşığı kaya tuzu
- Yeteri kadar su
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı
- 8-10 adet top mozzarella

Bolonez sos için:
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 1 adet soğan • 2 diş sarmısak
- 1 adet kereviz sapı
- 1 adet havuç
- 250 gram kıyma
- 3 adet rendelenmiş domates
- 1 tatlı kaşığı biber salçası
- 1 çorba kaşığı domates salçası
- 1 su bardağı su • 1 su bardağı süt

1 BOLONEZ sos için zeytinyağı ve tereyağını geniş bir tavaya alıp kıyılmış soğan ve sarmısağı ilave ederek soteleyin. Kıyılmış kereviz sapı, rendelenmiş havuç ilave edip karıştırın. Kıyma ekleyip, topaklanmaması için tahta kaşıkla ezerek karıştırın. Rendelenmiş domates, ve salçaları katıp karıştırın. Su ve süt ilave edip, kısık ateşte kıvam alana dek pişirin ve kenara alın.

2 Makarnayı tuzlu suda 6 dakika haşlayıp, suyunu süzün. Küçük boy yuvarlak kelepçeli kek kalıbını yağlayıp, makarnaları dikey ve aralarında boşluk kalmayacak şekilde içine yerleştirin. Üzerine bolonez sosu döküp, mozzarella peyniri yerleştirin. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında 20-25 dakika pişirin. Sıcak olarak servis yapın.

PATLICANLI SPAGETTİ MUFFİN

4 kişilik
- Yarım paket spagetti
- 5 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 adet soğan • 2 diş sarmısak
- 2 adet patlıcan
- 2 çorba kaşığı su
- 1 tatlı kaşığı tereyağı
- 3 dal taze kekik
- Yarım demet dereotu
- 2 dal biberiye
- 2 adet çırpılmış yumurta akı
- Yeteri kadar kaya tuzu

SPAGETTİYİ tuzlu suda 6-8 dakika haşlayıp süzün ve kenara alın. 2 çorba kaşığı zeytinyağını bir tavaya alıp doğranmış soğan, kıyılmış sarmısak ve küçük küp şeklinde doğranmış patlıcanı yumuşayana dek karıştırarak soteleyin. Üzerine su ve tuz ilave edip pişirin. Tereyağı, kıyılmış kekik, dereotu ve biberiye ilave edip karıştırdıktan sonra kenara alın. Makarnayı derin bir kaba alın. Üzerine çırpılmış yumurtanın akı ve patlıcanlı karışımın yarıdan biraz fazlasını ilave edip tüm malzemeyi karıştırın. Kalanını üzeri için kenara ayırın. Spagettiyi yağlanmış muffin kalıplarına yerleştirip, önceden ısıtılmış 160 derece fırında 35 dakika pişirin. Fırından alıp servis tabağına alın. Üzerlerine kenara ayırdığınız patlıcanlı harcı yerleştirip servis yapın.

>>>

GİRİT KABAĞINDA DENİZ MAHSULLÜ PİLAV

6 kişilik

- 1 su bardağı baldo pirinç
- 6 adet Girit kabağı
- 1 su bardağı kabuksuz karides
- 1 çay bardağı iç midye
- 1 tatlı kaşığı tereyağı
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı
- 2 adet domates
- 1 adet defne yaprağı
- 1 çay kaşığı kaya tuzu

PİRİNCİ yıkayıp süzdükten sonra kenara alın. Tereyağı ve zeytinyağını küçük boy kapaklı bir fırın kabına alıp, üzerine rendelenmiş domates, defne yaprağı, tuz ilave edin. Pirinç ekleyip harmanlayın ve kapağını kapatın. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında hafif suyunu çekene dek pişirin. Karides ve midyeleri ilave edip karıştırın. Üzeri kapalı olarak fırına verin ve önceden ısıtılmış 170 derece fırında 2-4 dakika daha pişirin. Ayrı bir yerde kabakların içlerini oyup, üzerlerinden biraz boşluk kalacak şekilde pilavı içlerine pay edin. Kapaklı bir fırın kabının içine yerleştirip, kabakların yarısına kadar su koyun ve biraz tuz serpin. Daha sonra kapağını kapatarak önceden ısıtılmış 170 derece fırında kabaklar yumuşayana dek pişirin.

ISPANAKLI LORLU MİDYE MAKARNA

4 kişilik

- 1 paket midye makarna
- 1 demet ıspanak
- 50 gram tatlı lor peyniri
- 1 tatlı kaşığı zeytinyağı
- 1 su bardağı su
- Tuz
- Üzeri için: 1-2 çorba kaşığı rendelenmiş parmesan peyniri

ISPANAĞI çok az suda hafif yumuşayıncaya kadar haşlayın. Suyunu iyice süzüp kıyın. Üzerine lor peyniri, tuz ve zeytinyağı ilave edip karıştırın. Daha sonra midye makarnaların içlerine doldurup, fırın kabına tek sıra olacak şekilde dizin. Su ilave edip, üzerini önce pişirme kağıdı ile sonra alüminyum folyo ile kapatın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında ara sıra kontrol ederek, makarna iyice yumuşayana dek pişirin. Servis tabağına alın, üzerine peynir serpip servis yapın.

TAZE SOĞANLI POMAK PİLAVI

4 kişilik

- 250 gram kuşbaşı doğranmış et
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 1 adet soğan • 1 diş sarmısak
- 1 su bardağı sıcak su
- 1 su bardağı baldo pirinç
- 1 demet taze soğan

ETİ tavaya alıp zeytinyağı ve tereyağı ilave edin ve harlı ateşte mühürleyin. Daha sonra suyunu salıp yeniden çekene dek karıştırın. Ocağın altını kısıp, doğranmış soğan ve sarmısak ilave ederek soteleyin. Sıcak su ilave edip, et iyice yumuşayana dek ara sıra karıştırarak pişirin. Eti orta boy bir fırın kabına yerleştirin. Üzerine iyice yıkanıp suyu süzülmüş pirinci yayın. Üzerine kıyılmış taze soğanı serin, tuz serpin ve sıcak su ilave edin. Üzerini önce pişirme kağıdı sonra alüminyum folyo ile kapatın. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında ara sıra kontrol ederek (pilav suyunu çektiği halde pirinç sert ise bir miktar daha sıcak su ekleyerek) pişirin. Fırından alıp, üzerini örterek biraz demlendirin. Sıcak olarak servis yapın.

KÖFTE PİLAV DÜRÜM

2-4 kişilik

- 2 adet lavaş

Pilav için:

- 1 su bardağı baldo pirinç
- 2 adet rendelenmiş domates
- 3 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 su bardağı + 2 çorba kaşığı su
- Yeteri kadar tuz

Köfte için:

- 250 gram kıyma
- 1 adet soğan
- 1 diş sarmısak
- 1 çay kaşığı kimyon
- Yarım paket karbonat
- 1 çorba kaşığı su
- 1 çay kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı tuz

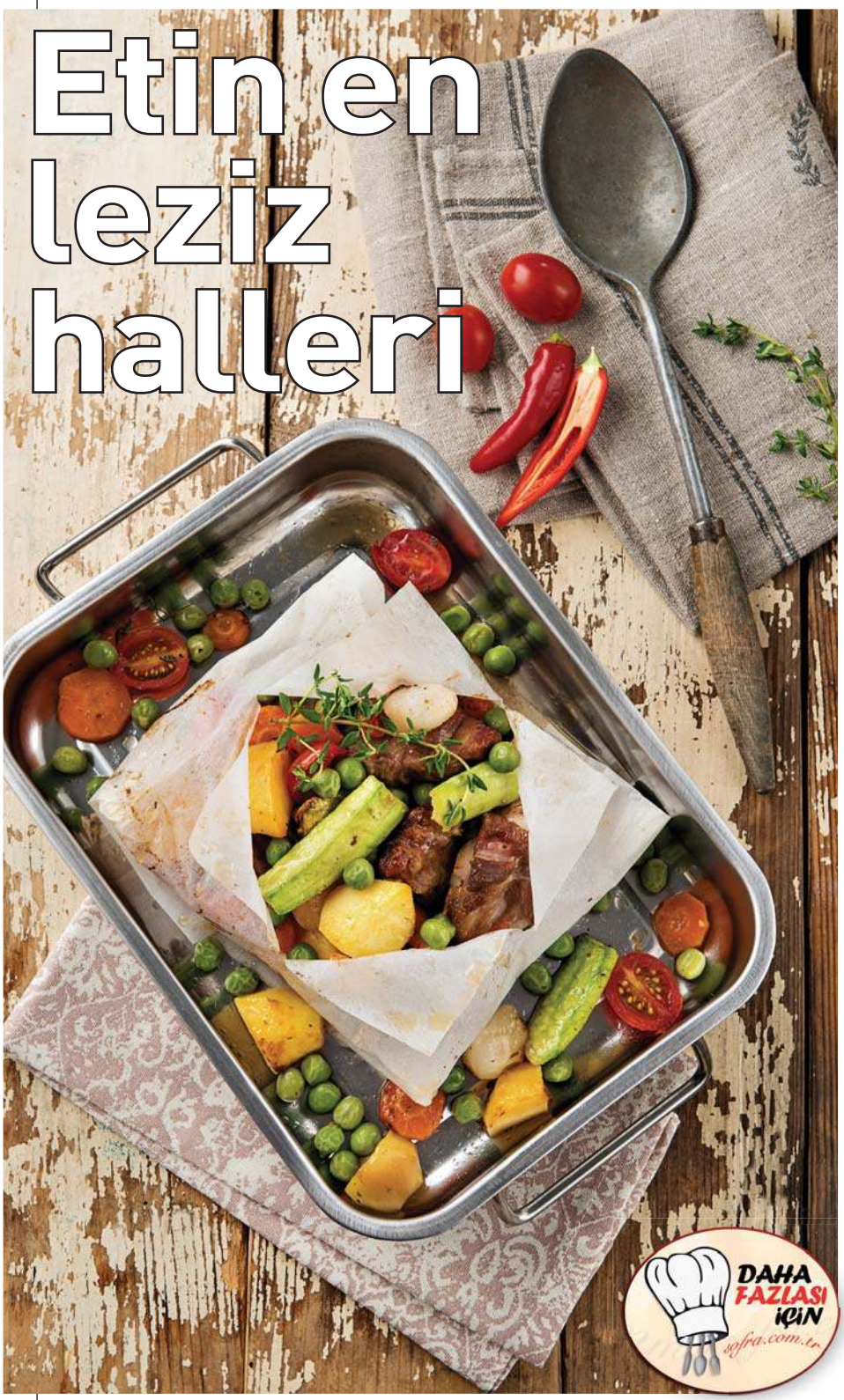
- Üzeri için: 2 çay bardağı rendelenmiş taze kaşar peyniri

1 PİLAV için yıkanıp suyu iyice süzülmüş pirinç, rendelenmiş domates, zeytinyağı, tuz ve suyu küçük boy kapaklı bir fırın kabına alıp karıştırın. Kapağını kapatın ve önceden ısıtılmış 160 derece fırında kontrol ederek pişirin.

2 Köfte için soğanı rendeleyip suyunu sıkın. Kıymayı geniş bir kaba alıp üzerine soğan, kıyılmış sarmısak, kimyon, karbonat ve tuz ilave edip iyice yoğurun. Harçtan uzun ve kalın 2 adet köfte yapıp, fırın tepsisine yerleştirin. Su ve zeytinyağı gezdirip, üzerini önce pişirme kağıdı ile sonra alüminyum folyo ile kapatın. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında kontrol ederek pişirin.

3 Lavaşları ayrı ayrı düz bir zemine yayın. Üzerlerine pilav ve köfte yerleştirip, rulo şeklinde katlayın. Katlama yerleri aşağı gelecek şekilde fırın kabına yerleştirin. Üzerlerine rendelenmiş taze kaşar peynirinin yarısını serpiştirip önceden ısıtılmış 160 derece fırında 15 dakika pişirin. Fırından alıp, kaşar peyniri serpin ve eriyene dek önceden ısıtılmış 160 derecede pişirin. Dilimleyip sıcak olarak servis yapın.

Etin en leziz halleri



Şefika Günyel / www.cheffika.com

En sağlıklı pişirme yöntemleri arasında yer alan fırında pişirme, ağır ateşte ve kendi suyunda pişirme olanağı sağladığından et yemeklerinin lezzetine de lezzet katar. Bunun yanı sıra çok fazla ön hazırlık gerekmeden kalabalık sofralar için de kolayca yemek hazırlanabildiğinden davetlerde de sıklıkla tercih edilir. Şef Şefika Günyel, her biri başlı başına ziyafet sayılabilecek etli fırın yemekleri hazırladı.

KAĞIT KEBABI

2 kişilik

400 gram kemikli kuşbaşı kuzu eti
1 adet kabak, 2 adet patates
8 adet arpacık soğan
8 adet kiraz domates
1 adet havuç, 1 su bardağı bezelye
Yarım çay bardağı sıvıyağ
3 çorba kaşığı su
2-3 dal kekik, tuz, karabiber

KABAK ve patatesi temizleyip irice doğrayın. Arpacık soğanları soyun. Domatesleri ikiye bölüp, havucu verev doğrayın. Eti geniş bir kaba alıp üzerine tüm sebzeleri ilave edin. Sıvıyağ, su ve kekiği ekleyin. Tuz ve karabiberini ayarlayıp harmanlayın. Pişirme kağıdından 2 adet 30x40 cm'lik parça kesin. 1 parça pişirme kağıdını düz bir zemine koyup üzerine malzemenin yarısını yerleştirin. 2 kısa kenarını üst üste katlayın. Açılmasını önlemek için uçlarını kıvırın. Kalan malzemeyi de diğer pişirme kağıdına koyup aynı işlemi tekrarlayın. Katlanmış kısımları aşağıya gelecek şekilde bir fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 1 saat pişirin. Kağıt kebaplarının üst kısmını keserek servis yapın.

Stilist: Mine NARTOP Fotoğraflar: Erkin ÖN

KABAK BEĞENDİLİ PİRZOLA

4-5 kişilik

10 kalem bütün kuzu pirzola
4-5 dal kekik
Tuz, karabiber, toz kırmızıbiber

Beğendisi için: 3 adet kabak
3 çorba kaşığı sıvıyağ
2 çorba kaşığı tereyağı
3 çorba kaşığı un
İki buçuk su bardağı süt
250 gram rendelenmiş kaşar peyniri
Tuz, karabiber, muskat

Süslemek için: 1 adet küçük boy kırmızı biber
4-5 dal kekik

1 PİRZOLALARI 5'er kalem elde edecek şekilde ikiye bölün. Tuz ve baharatları karıştırıp her taraflarını iyice ovalayın. Yapışmaz yüzeyli bir tavada çevirerek her iki taraflarını da 4'er dakika pişirin.

2 Pişirme kağıdı serilmiş bir fırın tepsisine alın ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında 10-15 dakika pişirin.

3 Kabak beğendi için kabakları yıkayıp kabukları ile birlikte rendeleyin ve fazla suyunu sıkın. 2 çorba kaşığı sıvıyağı bir tavaya alıp kızdırın ve rendelenmiş kabağı soteleyin.

4 Kalan sıvıyağ ve tereyağını ayrı bir tavada kızdırıp unu ekleyin ve karıştırarak rengi dönene dek kavurun. Üzerine soteleğiniz kabağı katın. Bir-iki dakika sonra azar azar süt ekleyin ve topaklanmasını önlemek için sürekli karıştırın. Kıvam almaya başlayınca tuz ve baharatları ilave edin. Rendelenmiş kaşar peynirini de ekleyip iyice karıştırın ve ocaktan alın. Ilındıktan sonra servis tabağına alın. Üzerine pirzolaları yerleştirin. Kıyılmış kırmızı biber ve kekikle süsleyerek servis yapın.

DOLGULU KÖFTE

8 adet

500 gram köftelik kıyma
1 adet soğan, 2 dilim bayat ekmek
1 çay kaşığı karbonat
Tuz, karabiber, yenibahar, kimyon

İç malzeme için: 1 adet patates
1 adet havuç
100 gram rendelenmiş kaşar peyniri
4-5 dal kıyılmış maydanoz, tuz

Üzeri için:
1 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı biber salçası
Yarım çay bardağı sıcak su
Tuz, karabiber
Servis için: Haşlanmış sebze

1 KÖFTE için kıymayı geniş bir kaba alın. Üzerine rendelenmiş soğan, ıslatılıp sıkıldıktan sonra ufalanmış ekmek içi, karbonat, tuz ve baharatları ekleyip yoğurun. Buzdolabında 15 dakika dinlendirin.

2 İç malzeme için patates ve havucu yıkayıp ikiye bölün ve ayrı tencerelere alıp tuzlu suda haşlayın. Haşlanan patatesin kabuklarını soyun. Havucun da dış kısmındaki kabuğu alın. Daha sonra patates ve havucu rendenin kalın tarafı ile rendeleyin ve geniş bir kaba alın. Üzerine rendelenmiş kaşar peyniri, kıyılmış maydanoz ve tuz ekleyip karıştırın.

3 Kıymayı 8 eşit parçaya ayırıp yuvarlayın. Bir parçasını buzdolabı poşedinin arasına koyun ve üzerine et döveceği veya elinizle bastırarak çay tabağı büyüklüğünde açın. 1 çorba kaşığı patatesli malzemeden alıp yarısını kaplayacak şekilde üzerine koyun. Diğer yarısını üzerine kapatıp elinizle bastırarak poğaça yapar gibi hazırlayın. Kalan parçaları da aynı şekilde hazırlayın. Pişirme kağıdı serilmiş bir fırın tepsisine yerleştirin ve önceden ısıtılmış 170 derece fırında üzerleri kızarana dek pişirip servis tabağına alın.

4 Üzeri için tereyağını eritip salçayı kavurun. Üzerine su, tuz ve karabiber ekleyip kaynatın. Sosu köftelerin üzerine dökün. İstediğiniz haşlanmış sebze çeşitleri ile birlikte servis yapın.

KABURGA DOLMASI

6-8 kişilik

1 adet kuzu kaburga
125 gram tereyağı
1 çay bardağı sıvıyağ
200 gram tatlı badem içi
300 gram kuşbaşı kuzu eti
Yeteri kadar sıcak su
2 su bardağı pirinç
Tuz, karabiber, yenibahar

Üzeri için:
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı salça
Yarım su bardağı su

1 TEREYAĞI ve sıvıyağı bir tencereye alıp kızdırın. Üzerine badem ekleyip rengi dönene dek kavurun. Bademleri tencereden alın ve kuşbaşı eti koyun. Et suyunu salıp çekene dek kavurun. Üzerini geçecek kadar sıcak su ekleyip kapağı kapalı olarak yumuşayana dek (gerekirse su ilave ederek) pişirin. Et suyunu çekince, yıkayıp süzdüğünüz pirinci üzerine ekleyin. Tuz ve karabiber katıp, birkaç dakika kavurun. Malzemenin üzerini geçecek kadar sıcak su ilave edip kısık ateşte pişmeye bırakın. Pirinç yarı yarıya yumuşayınca tencereye bademleri ekleyin ve suyunu tamamen çekene dek pişirin.

2 Kaburgayı cep şeklinde açın. Karabiber, tuz ve yenibaharı karıştırıp kaburganın içini ve dışını ovun. Hazırladığınız pilavı fazla dolu olmayacak şekilde kaburganın içine doldurun ve iki ucunu birleştirip kenarını mutfak ipiyle dikin.

3 Daha sonra pişirme kağıdı serilmiş bir fırın tepsisine yerleştirin. Kaburga dolmasının üzerini önce pişirme kağıdı, sonra alüminyum folyo ile kaplayın. Önceden ısıtılmış 220 derece fırında 2-2.5 saat pişirin. Zeytinyağı, salça ve yarım su bardağı suyu karıştırıp etin üzerine sürün. Yeniden fırına koyup üzeri kızarana dek pişirin. İplerini kesip eti didikledikten sonra servis yapın.

DANA ROSTO

6 kişilik

Bir buçuk kg rostoluk bütün dana nuar
4-5 çorba kaşığı zeytinyağı
3-4 çorba kaşığı tereyağı
Tuz, karabiber

Marine için:
2 adet soğan
5 diş sarmısak
Yarım su bardağı zeytinyağı
4-5 dal kekik

Sosu için:
2 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı un
3 su bardağı et suyu
Tuz, karabiber

1 MARİNE için soğanları rendeleyip suyunu geniş bir kaba alın. Üzerine soyulup ikiye bölünmüş sarmısak, zeytinyağı ve kekik ilave edin.

2 Ete ince bir bıçak yardımıyla delikler açın. Her tarafını marineye bulayın ve buzdolabında en az 3 saat bu şekilde bekletin. Daha sonra mutfak ipi ile eşit aralıklarla bağlayın. Her iki yüzüne de tuz ve karabiber serpin.

3 Tereyağı ve zeytinyağını geniş bir tavaya alıp kızdırın ve etin her tarafını çevirerek mühürleyin. Pişirme kağıdı serilmiş bir fırın kabına aktarın. Üzerini pişirme kağıdı kaplayıp, alüminyum folyo sarın. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında 1 saat pişirin. Üzerini açıp yeniden fırına verin ve 10 dakika daha pişirin. Fırından alıp 5-10 dakika dinlenmeye bırakın.

4 Et dinlenirken sosu için tereyağını eritip unu ekleyin ve rengi dönene dek kavurun. Üzerine önce 1 su bardağı et suyu ekleyip karıştırın. Tuz ve karabiberini ayarlayın. Sos akışkan bir kıvam alana dek azar azar et suyu ekleyerek pişirin. Rostoyu dilimleyip üzerine sos gezdirerek, sıcak olarak servis yapın.

SEBZELİ KUZU TANDIR

6 kişilik

1 adet kemikli bütün kuzu kol
Yarım çay bardağı zeytinyağı
10-12 adet bebek havuç
1 kg bebek patates
2 çorba kaşığı tereyağı
7-8 diş sarmısak
2-3 dal biberiye
Tuz, karabiber

KUZU kolun üzerine bıçakla çizikler atın. Zeytinyağının yarısını tuz ve karabiberle karıştırıp kuzu kolu ovalayın. Havuçların kabuklarını soyun. 5 tanesini kenara ayırıp kalanları kuzu kolun sığacağı bir fırın kabına alın. Üzerine kabuklu olarak ikiye bölünmüş patates, kabuklu sarmısak ve biberiye ekleyin. Kalan zeytinyağı, tuz ve karabiberi gezdirip iyice harmanlayın. Ortasına kuzu kolu yerleştirin. Etin üzerine kürdanlar saplayıp uçlarına ayırdığınız havuçları saplayın. Kabın üzerini önce pişirme kağıdı sonra alüminyum folyo ile kaplayın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında yaklaşık 2.5 saat et kemikten kendiliğinden ayrılıncaya dek pişirin. Daha sonra etin üzerini açıp, kürdanlardaki havuçları alıp kaba ekleyin. Tereyağını parçalar halinde etin üzerine yerleştirin. Yeniden fırına verip 10-15 dakika daha pişirin. Eti kemikten ayırıp servis yapın.

Aşçının notu:

Etin üzerine yerleştirdiğiniz havuçlu kürdanlar üzerine kapattığınız malzemenin ete değmemesini ve etin hava akışı olan bir kapta pişmesini sağlar.

FIRINDA SEBZELİ ET

4 kişilik

500 gram kuşbaşı kuzu eti
100 gram kuyruk yağı
2 adet patlıcan
1 adet patates
2 adet soğan
4 adet sivri biber
2 adet kırmızı biber
2 adet domates
4-5 diş sarmısak
1 çorba kaşığı domates salçası
Yarım çay bardağı sıvıyağ
Yeteri kadar su
Tuz, karabiber, toz kırmızıbiber, pulbiber

PATLICANLARI alacalı soyun ve kuşbaşı doğrayın. Acısını almak için tuz eklenmiş su dolu bir kaba alın. 15 dakika bekletip sudan alın. Patates, soğan ve biberleri temizleyip irice doğrayın. Tüm sebzeleri geniş bir kaba alıp üzerine sarmısak, salça, tuz ve baharatları ekleyip harmanlayın. Orta boy bir fırın kabının tabanına et ve kuyruk yağını yerleştirin. Üzerine sebzeleri ilave edin. Domatesi küp doğrayıp en üste yayın. Sıvıyağ ve 1 su bardağı sıcak suyu üzerine gezdirin. Kabın üzerini önce pişirme kağıdı, sonra alüminyum folyo ile kapatın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 1 saat pişirin. Alüminyum folyo ve pişirme kağıdını alıp 5 dakika daha pişirdikten sonra sıcak olarak servis yapın.

FIRINDA FISTIKLI KEBAP

2 kişilik
100 gram kuzu kıyma
(döş kısmından 1 kez çekilmiş)
100 gram dana kıyma (döş kısmından)
1 çay bardağı irice kıyılmış antepfıstığı
1 adet soğan, 1 diş sarmısak
3-4 çorba kaşığı sıcak su
1'er çay kaşığı tuz ve karabiber
1 tatlı kaşığı pulbiber
2 çorba kaşığı zeytinyağı

Servis için: 2 adet soğan
1'er çorba kaşığı sumak ve nar ekşisi
2 adet lavaş ekmeği

Üzeri için:
1 çorba kaşığı kıyılmış antepfıstığı

KIYMALARI büyükçe bir kaba alın. Üzerine antepfıstığı, rendelenmiş soğan, rendelemiş sarmısak, su, tuz ve baharatları ilave edip iyice yoğurun. Avucunuza şişe takabileceğiniz miktarda harç alın ve şişin ucuna doğru hafif hafif sıkarak yayın. Üzerlerine zeytinyağı sürün ve pişirme kağıdı serilmiş bir fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzerleri kızarana dek pişirin. Servis için soğanı piyazlık doğrayın. Sumak, nar ekşisi ve tuz ekleyip karıştırın. Servis tabağına dilimlediğiniz lavaşları koyun. Yanına soğanlı karışımı ekleyin. Üzerine fıstıklı kebabı yerleştirin. Kıyılmış antepfıstığı serperek servis yapın.

Gülşen Yılmaz

Zahmetli kabul edilen hamurişlerini, geliştirdiği tarifler sayesinde bir çırpıda hazırlayan ve fırınlayan Gülşen Yılmaz'ın, açma hamur, kadayıf ve yufka ile yapılan birbirinden lezzetli önerilerini denediğinizde mutfakta geçen zamanın kısaldığını göreceksiniz.

Stilist: Selma ŞEN Fotoğraflar: Erkin ÖN

Ver fırına...

PEYNİRLİ SEBZELİ YUFKA BÖREĞİ

4-6 kişilik

2 adet yufka, 2 adet yumurta
2 su bardağı süt, 125 gram tereyağı
250 gram beyaz peynir
1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
5 adet kırmızı biber
Yarım demet dereotu, 5 adet kabak
1 çay kaşığı karabiber

1 YUMURTA, süt ve eritilmiş tereyağını karıştırıp kenara alın. Ayrı bir yerde ufalanmış beyaz peynir, yarım su bardağı kaşar peyniri, kıyılmış kırmızı biber ve dereotunu harmanlayıp kenara alın.

2 4 adet kabağı halka şeklinde ve ince dilimledikten sonra karabiberle karıştırın.

3 Bir adet yufkayı, yağlanmış küçük boy baton kek kalıbına, kenarlardan dışarı sarkacak şekilde yerleştirin ve üzerine yumurtalı harçtan sürün. Kalan 1 adet yufkayı 4 eşit üçgen parçaya kesin. 2 parçasını büzerek kalıba yerleştirin ve üzerine yumurtalı harçtan sürüp, kabaklı karışımı yerleştirin. Kalan 2 parça yufkayı büzerek yerleştirip, üzerine yumurtalı karışımdan sürün ve peynirli harcı yayın. Kenarlardan sarkan yufkaları büzerek ortada birleştirin. Üzerine kalan yumurtalı karışımı gezdirip, kenara ayırdığınız kaşar peynirini serpin. Ortasına 1 adet kabağı dilimleyip dizin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 35-40 dakika pişirin.

DAHA FAZLASI İÇİN sofra.com.tr

KADAYIF BÖREĞİ

6-8 kişilik

500 gram kadayıf

5 su bardağı süt, 3 adet yumurta

100 gram eritilmiş tereyağı

200 gram pastırma

2 adet parmak sucuk

1 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri

200 gram sosis

2'şer adet kırmızı biber ve sivri biber

KADAYIFIN yarısını ortası delikli orta boy yuvarlak kek kalıbına bastırarak yerleştirin. Üzerine sıra ile pastırma, dilimlenmiş sucuk, kaşar peyniri, dilimlenmiş sosis ve halka doğranmış biberleri yerleştirin. Kalan kadayıfı üzerine koyup biraz bastırın. Ayrı bir yerde süt, yumurta ve tereyağını iyice çırpıp kadayıfın üzerine gezdirin ve bir gece buzdolabında dinlendirin. Ertesi gün önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin. Dilimleyip servis yapın.

ŞEKERLİ PİDE

4-6 kişilik

500 gram tuzsuz dil peyniri
3 adet yumurta
Yarım su bardağı tozşeker
1 çorba kaşığı tereyağı

Hamuru için: 500 gram un
1 su bardağı süt
2 adet kesmeşeker
1 tatlı kaşığı instant maya
Üzeri için:
1 Türk kahvesi fincanı antepfıstığı
Servis için: Kaymak

RENDELENMİŞ dil peyniri, yumurta ve tozşekeri karıştırıp kenara alın. Hamur için unun ortasını açıp süt, kesmeşeker ve instant mayayı ilave edin. Yumuşak kıvamlı bir hamur elde edene dek yoğurun ve 20 dakika dinlendirin. Hamuru elma büyüklüğünde bezelere ayırıp, elinizle kayık şekli verin. Ortalarına peynirli harçtan koyup, fırın tepsisine yerleştirin ve kenarlarına tereyağı sürün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kızarana dek pişirin. Fırından alıp üzerlerine antepfıstığı serpin. Arzuya göre kaymakla birlikte servis yapın.

KIYMALI AÇMA BÖREK

6-8 kişilik

İç malzeme için:
500 gram kıyma
2 adet soğan
2 adet sivri biber
2 adet kırmızı biber
1 su bardağı kıyılmış ceviz
1 tatlı kaşığı pulbiber
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz

Hamuru için: 500 gram un
Yarım paket instant maya
1 tatlı kaşığı tozşeker
1 adet yumurta
2 çorba kaşığı yoğurt
2 çorba kaşığı sirke
Yarım çay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz

Üzeri için: 1 adet yumurta
Çörekotu ve susam

1 İÇ malzeme için kıymayı yapışmaz yüzeyli tavada soteleyip tuzunu ayarlayın. Kıyılmış soğan ve biberleri ekleyip sotelemeye devam edin. Ceviz, pulbiber ve karabiber ilave edip bir iki karıştırın ve ocaktan alın.

2 Hamur için unun ortasını havuz şeklinde açıp, maya, tuz ve tozşekeri unun etrafına, yumurta, yoğurt, sirke ve zeytinyağı gibi sıvı malzemeyi unun ortasına koyun. Yavaş yavaş karıştırın ve yumuşak kıvamlı bir hamur elde edin. Üzerine nemli bir bez örterek yarım saat dinlendirin.

3 Hamuru bezelere ayırın ve bir parçasını kenara ayırın. Kalan parçaları pasta tabağından biraz daha büyük olacak şekilde teker teker açın. Ortalarına harcı pay edip, kalın sigara böreği gibi sarın. Kenara ayırdığınız hamuru merdane yardımıyla açıp, parmak genişliğinde ve uzunluğunda kesip, hafif kıvırın ve böreklerin üzerine ıslatarak yapıştırın. Yumurta sürüp, çörekotu ve susam serpin. Fırın tepsisine yerleştirip önceden ısıtılmış 170 derece fırında üzerleri kızarana dek pişirin.

PİZZA

6 adet

Hamuru için: 500 gram un
Yarım paket instant maya
1 tatlı kaşığı tozşeker
1 çay kaşığı tuz, 2 su bardağı süt

Domates sos için: 1 adet domates
1 çorba kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı domates salçası
Yarım tatlı kaşığı biber salçası
1 Türk kahvesi fincanı su
3 dal taze kekik, tuz, karabiber

Fesleğenli sos için: 4-5 dal fesleğen
2-3 dal ıspanak, 2 diş sarmısak
2 çorba kaşığı zeytinyağı
Yarım çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz

Üzerleri için: 2 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri
250 gram mantar
1 su bardağı haşlanmış mısır
2 adet parmak sucuk
400 gram sosis, 250 gram küp doğranmış beyaz peynir
15 adet kiraz domates
1 su bardağı siyah zeytin
2 adet kırmızı biber
4-5 adet sivri biber

1 DOMATES sos için rendelenmiş domatesi tereyağında soteleyin. Domates salçası, biber salçası, tuz ve karabiber ilave edip karıştırın. Su ekleyip karıştırarak pişirin. Kekik ekleyip ocaktan alın.

2 Fesleğen sos için tüm malzemeyi blenderden geçirin ve kenara alın.

3 Hamur için unu havuz şeklinde açın. Ortasına tozşeker, süt ve instant maya ilave edip karıştırın. Tuz ekleyip yumuşak kıvamlı bir hamur elde edene dek yoğurun. Daha sonra 6 bezeye ayırıp, servis tabağı büyüklüğünde açın. 3 adet hamurun üzerine domates sos, kalan hamurların üzerlerine fesleğenli sos sürün.

4 Kaşar peyniri dışında kalan malzemeyi dilediğiniz şekilde hamurların üzerlerine pay edin. Fırın tepsisine yerleştirin ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında 10-15 dakika pişirin. Sürenin sonunda fırından alıp, üzerlerine kaşar peyniri serpin ve 5 dakika daha pişirin. Dilimleyip sıcak olarak servis yapın.

EĞİTİMDE
BİR GELENEK
YÜKSELİYOR

NUN Okulları

5.Sınıf ve Lise Hazırlık Kabul Sınavı

12 AĞUSTOS 2017

NUN OKULLARI

NUN Okulları, NUN Eğitim ve Kültür Vakfına aittir.

(216) 686 1 686 | nunokullari.com
BEYKOZ

Tavuk ve hindi yemekleri yüksek besin değerlerinin yanında doğru şekilde pişirildiğinde görsel bir şölen haline geldiğinden özel günlerde de sıklıkla tercih edilir. Siz de Melis Çolak'ın tavuk ve hindinin farklı bölgelerini kullanarak ve özel soslarla harmanlayarak fırında pişirdiği birbirinden lezzetli tarifleri ile şölen sofraları kurabilirsiniz.

Fırından şölen sofralarına

Zemin, tabak ve aksesuarlar: Studio Cucina

Melis Çolak

Stilist: Selenay Kübra KOÇER
Fotoğraflar: Erkin ÖN

FIRINDA HİNDİ

4 kişilik

750 gram hindi göğüs eti
3 çorba kaşığı tereyağı
1 adet soğan, 2 adet domates
1 çay kaşığı rendelenmiş zencefil
1 tatlı kaşığı acı sos
1 çay bardağı soya sosu
Yarım su bardağı sıcak su
1 avuç kıyılmış frenk soğanı

TEREYAĞINI fırına girmeye uygun döküm bir tencerede eritip yemeklik doğranmış soğanı rengi dönene dek kavurun. Kuşbaşı doğranmış hindiyi ilave edin ve suyunu salıp çekene dek soteledikten sonra ocaktan alın. Frenk soğanı hariç kalan malzemeyi ekleyin. Kapağını kapatın ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında yaklaşık 25 dakika pişirin. Üzerine kıyılmış frenk soğanı ekleyip, arzuya göre pilavla birlikte servis yapın.

FIRINDA YULAFLI FINDIKLI ÇITIR TAVUK

2 kişilik

6 adet tavuk baget
1 su bardağı fındık
Yarım su bardağı yulaf kepeği
1 çorba kaşığı yoğurt
1 adet yumurta, tuz ve pulbiber
2 çorba kaşığı zeytinyağı

RONDOYA aldığınız fındıkları iyice ufalanana kadar çekin. Üzerine yulaf kepeğini de ekleyip 3-4 saniye daha çekin. Karışıma tuz ve pulbiberi ekleyip sığ bir kaba yayın. Başka bir kapta yoğurt ve yumurtayı çırpın. Butları önce yumurtalı karışıma ardından yulaflı karışıma bulayın. Pişirme kağıdı serilmiş fırın tepsisine dizip üzerine zeytinyağı gezdirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 25-30 dakika üzerleri iyice kızarana kadar pişirin.

HİNDİ RULO KÖFTE

4-6 kişilik

750 gram hindi göğüs eti
1 adet büyük boy soğan
1 su bardağı ekmek kırıntısı
1 çorba kaşığı domates salçası
3 çorba kaşığı worcestershire sos
1 adet yumurta
Yarım çay bardağı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı pulbiber
4-5 dal taze kekik, tuz, karabiber

Sosu için:
2 çorba kaşığı domates salçası
2 çorba kaşığı ketçap
1 çorba kaşığı su, tuz, karabiber

TÜM malzemeyi kıyma kıvamına gelene kadar robotta çekin. Pişirme kağıdının üzerine yayıp kağıtla birlikte yuvarlayarak rulo yapın. Önce pişirme kağıdına, sonra da streç filme sıkı sıkı sararak buzdolabında vaktiniz varsa 1 gece, yoksa en az 1-2 saat dinlendirin. Ardından streç filmi alın ve kağıdın kenarlarını açarak tepsiye yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30 dakika kadar pişirin. Sos için salça, ketçap, karabiber, tuz ve suyu karıştırıp köftenin üzerine sürün. Yeniden fırına verip 10 dakika daha pişirin. İnce dilimleyerek sıcak servis yapın.

FIRINDA SİYAH PİRİNÇ DOLGULU TAVUK

8-10 kişilik

1 adet bütün tavuk
1 su bardağı sıcak su
3 adet patates
10 adet arpacık soğan
8-10 adet kiraz domates
4-5 diş sarmısak, 4-5 dal biberiye

Marine için:
2 çorba kaşığı domates salçası
2 çorba kaşığı yoğurt
1 diş dövülmüş sarmısak
Yarım limonun suyu
1 çay bardağı sıcak su
1 çorba kaşığı nar ekşisi
2 dal kıyılmış biberiye
1'er tatlı kaşığı kekik ve pulbiber
Tuz, karabiber

Yaban mersinli siyah pirinç pilavı için:
2 su bardağı siyah pirinç
1 çay bardağı kuru yaban mersini
2 adet soğan
1 çay bardağı zeytinyağı
1'er tatlı kaşığı pulbiber ve nane
1 çay kaşığı tarçın
Tuz, karabiber, yeteri kadar su

1 PİLAV için pirinci sıcak suda 1 saat bekletip süzün. Zeytinyağını bir tencereye alıp yemeklik doğranmış soğanı soteleyin. Üzerine pirinç ilave edip 2-3 dakika kadar kavurun. Yaban mersini, tuz ve baharatları ilave edin. Malzemenin üzerini 1 parmak geçecek kadar sıcak su ekleyip kısık ateşte suyunu çekene kadar pişirin. Üzerine kağıt havlu kapatıp demlenmeye bırakın.

2 Marine için tüm malzemeyi karıştırın ve tavuğun her tarafına sürün. Ardından hazırladığınız pilavı tavuğun içine doldurup buzdolabında en az 2-3 saat bekletin. Pişirmeden önce butların uç kısmını bağlayıp fırın kabına alın. Kabın kenarından 1 su bardağı sıcak su ekleyin.

3 Soğanları ve irice doğranmış patatesleri tavuğun çevresine yerleştirin. İkiye bölünmüş kiraz domates, temizlenmiş sarmısak ve biberiye dallarını üzerine ekleyin.

4 Önceden ısıtılmış 180 derece fırında yaklaşık 1 saat, arada bir yemeğin suyunu üzerine gezdirerek, kızarana kadar pişirin.

VİŞNE SOSLU HİNDİ FÜME

8 kişilik

1 adet hindi göğüs eti
1 çay bardağı zeytinyağı
2 çorba kaşığı garam masala
2 çorba kaşığı toz kırmızıbiber

Karanfilli vişne sos için: 1 su bardağı dondurulmuş veya taze vişne
3 çorba kaşığı balzamik sirke
10 adet karanfil
3-4 çorba kaşığı su

1 HİNDİYİ geniş bir kaba alıp üzerine zeytinyağı gezdirin ve masaj yaparak eti yedirin. Baharatını da ekleyip aynı şekilde masaj yaparak baharatı ete yedirmeye devam edin. Aroma ete iyice işledikten sonra pişirme kağıdı serili fırın tepsisine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 1 saat içi yumuşayana dek pişirin. Fırından alıp önce pişirme kağıdına sonra alüminyum folyoya sarıp en az 1 saat oda sıcaklığında, ardından 1 gece de buzdolabında bekletin.

2 Vişne sos için tüm malzemeyi küçük bir sos tenceresinde karıştırıp ocağa oturtun. Bir-iki taşım kaynadıktan sonra ocaktan alıp soğumaya bırakın. Tamamen soğuduktan sonra etin üzerine gezdirin ve dilimleyerek servis yapın.

POLENTA ÜZERİNDE FIRINDA HİNDİ BUT

2 kişilik

2 adet hindi budu
1 çorba kaşığı tereyağı

Sosu için:
1 su bardağı rendelenmiş domates
Yarımşar çorba kaşığı domates ve biber salçası
2 diş sarmısak
3-4 adet acı kırmızı biber
2 su bardağı sıcak su
4-5 dal taze kekik
Tuz, karabiber

Polenta için:
1 su bardağı mısır irmiği
4 su bardağı sıcak su
1 tatlı kaşığı tuz
2 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı rendelenmiş parmesan peyniri

1 TEREYAĞINI yapışmaz yüzeyli bir tavada eritin. Yüksek ateşte butların her iki tarafını renk değiştirene dek kızartın. Etler mühürlendikten sonra fırın kabına alın. Sos için tüm malzemeyi karıştırıp butların üzerine sürün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 40-45 dakika etler iyice kızarana kadar pişirin. Etlerin kurumaması için arada bir üzerine kabın dibindeki sostan gezdirin.

2 Polenta için mısır irmiği, sıcak su ve tuzu orta boy bir tencerede sürekli karıştırarak pişirin. İrmik lapa kıvamına gelmeye başladığında 5 dakika kısık ateşte ve üstü kapalı bir şekilde arada karıştırarak pişirin. Ocaktan alıp hala sıcakken içine tereyağını ekleyip eriyene kadar karıştırın. En son parmesanı ilave edin.Servis tabağına polentayı yayıp üzerine butları yerleştirerek sıcak servis yapın.

FIRINDA KEÇİ PEYNİRLİ VE PAZILI TAVUK

2-4 kişilik

200 gram keçi peyniri
2 adet tavuk göğüs eti, 1 diş sarmısak
3-4 yaprak pazı, 1 adet domates
4-5 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı kuru fesleğen
2 tatlı kaşığı pulbiber, tuz, karabiber

HARCI için bir kasede rendelenmiş keçi peyniri, rendelenmiş sarmısak ve ince kıyılmış pazıyı karıştırıp kenara alın. Göğüs etlerini tamamen kesmeden kenarlarını kapalı tutmaya özen göstererek kesik atarak derin cepler oluşturun. Hazırladığınız harcı içlerine paylaştırın ve birer dilim domates koyup kürdanla sıkıca tutturun. Zeytinyağı, pulbiber, fesleğen, tuz ve karabiberi bir fırın kabına alın. Tavukları önlü-arkalı bu sosa bulayın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 25-30 dakika, suyunu salıp üzerleri renk değiştirene kadar pişirin. Piştikten sonra üzerini alüminyum folyo ile kapatıp 10 dakika dinlendirin. Daha sonra sıcak olarak servis yapın.

Türkiye'nin Ödeme Yöntemi TROY ile %45 indirim!

Tüm bankalara ait **TROY** logolu kartınızla istediğiniz dergiye abone olun, **%45 indirim** kazanın!

HEMEN ARAYIN

0212 354 36 04 - 0212 354 36 11 - 0212 354 36 27
WhatsApp Bilgi Hattı: 0552 357 00 00
www.turkuvazabone.com

TURKUVAZ DERGİ

• Derginiz kargo ile iş veya ev adresinize imza karşılığı teslim edilsin. • Aboneliğiniz boyunca fiyat artışlarından etkilenmeyin.

Sebze fırında, sağlık sofrada...

Ayşe Ünal

Sebzenin en bol olduğu zamanları değerlendirip, en taze hallerini zeytinyağı ile buluşturup fırının koynuna veren Ayşe Ünal'ın tariflerini denedikten sonra tüm yemeklerinizi fırında yapmaya karar verebilirsiniz.

Stilist: Selma ŞEN
Fotoğraflar: Erkin ÖN

FIRINDA SEMİZOTLU OMLET

4 kişilik

Yarım demet semizotu
2 dal taze soğan
1 adet kırmızı biber
2 adet büyük boy mantar
5 adet yumurta
2-3 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı karabiber
Yeteri kadar tuz

SEMİZOTUNU yıkayıp kuruladıktan sonra doğrayarak derin bir kaba alın. Üzerine kıyılmış soğan, biber, dilimlenmiş mantar, yumurta, zeytinyağı, karabiber ve tuz ilave edip karıştırın. Orta boy bir fırın kabına yayıp, üzerini düzeltin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzeri kızarana dek kontrol ederek pişirin. Ilık olarak servis yapın.

DAHA FAZLASI İÇİN sofra.com.tr

FIRINDA TAZE FASULYE

6 kişilik

1 kg taze fasulye
1 adet orta boy soğan
3 adet orta boy domates
8 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tozşeker, tuz

FASULYENİN uçlarını temizledikten sonra bütün olarak yıkayın ve süzün. Soğanı küp şeklinde doğrayıp geniş bir kaba alın. Üzerine rendelenmiş 2 adet domates, 5 çorba kaşığı zeytinyağı, tozşeker ve tuz ilave edip karıştırın. Fırına dayanıklı tencereye bir sıra fasulye yerleştirip üzerine soğanlı domatesli karışımdan gezdirin. Aynı işlemi fasulye ve soğanlı domatesli karışım bitene dek tekrarlayın. Kalan domatesi rendelediktten sonra üzerine gezdirin. Tencerenin kapağını kapatıp, önceden ısıtılmış 180 derece fırında yumuşayana dek pişirin. Fırından alıp kapağını açın ve yeniden fırına verip üzeri kızarana kadar 10 dakika daha pişirin. Sürenin sonunda fırından alıp, üzerine kalan 3 çorba kaşığı zeytinyağını gezdirin. Ilık veya soğuk servis yapın.

FIRIN MÜCVER

4-6 kişilik
2 adet kabak
2 adet havuç
2 adet yumurta
100 gram beyaz peynir
4 dal taze soğan
3 dal nane
7 dal dereotu
10 dal maydanoz
1'er çay kaşığı kimyon ve karabiber
2 çorba kaşığı un

Kalıbı yağlamak için:
2 çorba kaşığı zeytinyağı

KABAK ve havucu rendenin kalın tarafı ile rendeleyip suyunu sıkın. Üzerine yumurta, ufalanmış peynir, kıyılmış soğan, nane, dereotu, maydanoz, kimyon, karabiber ve un ilave edip karıştırın. Karışımı yağlanmış muffin kalıplarına pay edip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzerleri kızarana dek kontrol ederek pişirin.

KARIŞIK KIZARTMA

4 kişilik

1 adet kabak, 8 adet çarliston biber
2'şer adet patlıcan ve kırmızı biber
10 adet arpacık soğan
4 çorba kaşığı zeytinyağı, tuz

KABAK, patlıcan ve biberleri iki parmak eninde dilimleyip geniş bir fırın kabına alın. Üzerine arpacık soğan, zeytinyağı ve tuz ilave edip harmanlayın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında kontrol ederek kızarana kadar pişirin.

FIRINDA PAZI KAVURMA

4 kişilik

1 demet pazı
4 adet yumurta
5 dal taze soğan
3 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz, karabiber

PAZIYI kıyıp, tuzla ovalayın. Suyunu sıkıp, derin bir kaba alın. Üzerine kıyılmış soğan, zeytinyağı, tuz ve karabiber ilave edip harmanlayın. Fırına dayanıklı bir tavaya veya fırın kabına karışımı yayın. Harcın üzerinde yumurta için gözler açıp, ortalarına yumurtaları kırın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında kontrol ederek pişirin.

FIRINDA ZEYTİNYAĞLI DOLMA

6-8 kişilik

10 adet dolmalık biber
6 adet küçük boy kırmızı biber
2 adet soğan
6 çorba kaşığı zeytinyağı
2 çorba kaşığı dolmalık fıstık
İki buçuk su bardağı pirinç
2 çorba kaşığı kuşüzümü
1 tatlı kaşığı tozşeker
1 çorba kaşığı kuru nane
1 çay kaşığı karabiber
3 dal nane, 5 dal dereotu
8-10 dal maydanoz
3 su bardağı su, tuz

Üzeri için:
2 çorba kaşığı zeytinyağı

DOLMALIK biber ve kırmızı biberlerin üst kısımlarını kapak şeklinde kesip, çekirdek yataklarını çıkarın. Kapaklarını daha sonra kullanmak üzere kenara alın. İç malzeme için soğanı küp doğrayıp tencereye alın. Üzerine 3 çorba kaşığı zeytinyağı ilave edip hafifçe soteleyin. Dolmalık fıstık ilave edip sotelemeye devam edin. Yıkanıp süzülmüş pirinç, kuşüzümü, tozşeker, nane, karabiber, kıyılmış nane, dereotu, maydanoz ve 2 su bardağı su ilave edip ocağa oturtun. Suyunu çekene dek ara sıra karıştırarak hafifçe pişirin. Ocaktan almaya yakın tuzunu ayarlayın. İç malzemeyi biberlerin içlerine pay edip kapaklarını kapatın. Orta boy bir fırın kabına yerleştirip, üzerine kalan 1 su bardağı su ve zeytinyağı gezdirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında hafif kızarana kadar pişirin.

Dilşat Yaşar
• dilsat@lokmalokma.com
• www.lokmalokma.com

Sebzenin en bol zamanlarını değerlendirip çoğu zaman etle, kimi zaman da deniz mahsulleriyle birlikte güveçte pişiren Dilşat Yaşar, güveç yemeklerini sevenler için birbirinden lezzetli tarifler verdi.

Stilist: **Selma ŞEN** Fotoğraflar: **Erkin ÖN**

Yemekte güveç tadı

DENİZ ÜRÜNLÜ GÜVEÇ

4-6 kişilik

500 gram midye
500 gram kum midyesi
1'er adet kalamar ve ahtapot
Yarım kg ayıklanmış karides
300 gram kuşbaşı doğranmış mezgit
Yeteri kadar su
1 adet rezene, 1 şişe maden suyu
4 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet büyük boy soğan
2 diş sarmısak
2 adet küçük boy patates
3 çorba kaşığı kıyılmış maydanoz
1 adet limonun kabuğu
5 su bardağı sebze suyu
1 çay kaşığı zerdeçal
4 adet defne yaprağı
1 çay kaşığı karabiber, tuz

1 MİDYE, kum midyesi, iki buçuk su bardağı su ve incecik kıyılmış rezeneyi tencereye alıp 5 dakika pişirin. Sürenin sonunda kabuğu açılmamış midyeleri atın. Suyunu süzüp, suyu bir tabağa, midyeli karışımı başka bir tabağa alın.

2 Halka doğranmış kalamarı maden suyunda 10-15 dakika dinlendirin. Süzüp bir tutam tuz ile iyice ovalayın.

3 Ahtapotu düdüklü tencereye alıp, 1 su bardağı su ilave edin ve düdüğü çıkana dek pişirin. Düdük çıktıktan sonra 5 dakika daha pişirmeye devam edin. Ocaktan alıp soğutun. İri parçalar halinde doğrayıp kenara alın.

4 Karidesi tencereye alıp, üzerini geçecek kadar su ilave edin ve 5 dakika haşlayın. Suyunu süzüp kenara alın.

5 Zeytinyağını ocakta kullanmaya uygun bir güveç veya döküm tencereye alın. Doğranmış soğan ve kıyılmış sarmısak ilave edip 5 dakika soteleyin. Yuvarlak dilimlenmiş patatesi, maydanozun yarısını ve limon kabuklarını ilave edip 3 dakika daha soteleyin. Sebze suyu, zerdeçal, defne yaprağı, karabiber ve tuz ilave edip 10 dakika pişirin.

6 Midye, kum midyesi, kalamar, ahtapot, karides ve mezgit ekleyip, üzerini pişirme kağıdı ile kaplayın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15 dakika pişirin. Fırından alıp, kalan maydanozu ekleyin ve karıştırın. Sıcak servis yapın.

Güveç kapları hakkında...

★ Güveç yemekleri Türk mutfak kültüründe önemli bir yere sahiptir. İçine konulan sebze, et, bakliyat, pirinç gibi tüm malzemeler kısık ateşte ve uzun sürede toprağın kokusunu alırken diğer yandan odun ateşinin lezzetiyle harmanlanır. Güveç doğal malzemelerle yapıldığından son derece sağlıklı bir pişirme yöntemidir. Ev ortamında fırında uzun süre piştiğinde de son derece lezzetli olur. Pişirme süresi uzun olsa da hazırlanışı oldukça kolaydır.

★ Güveçler sırlı ve sırsız olarak satılır. Sırlanmış güveçler ateşle temas ettiğinde sağlık açısından zararlı olabilir o nedenle sırlanmış güveç alırken kurşunsuz sırla sırlanmış olmasına dikkat ediniz.

★ Güvecin ateşte çatlamaması için ilk aldığınızda nemli bezle sildikten sonra içine bol miktarda sıvıyağ koyup, iyice fırçaladıktan sonra düşük ısıda yaklaşık 120 derecede 1 saat bekletin.

★ Güveci fırından aldığınızda ıslak veya soğuk bir zemine koymak güvece zarar vereceğinden altına nihale ya da mutfak havlusu koymanızda yarar olacaktır.

★ Artan güveç yemeklerini güvecin içinde saklamak yerine başka bir kaba aktarmak, güvecin ömrünü uzatır.

★ Güveç yaşayan doğal bir malzeme olduğu için temizlerken bulaşık deterjanı kullanmak yerine, sıcak su ile temizlenip varsa kenarlarına yapışan malzemeyi karbonat ve sıcak su ile çıkarabilirsiniz. Başka bir yöntem de güvecin içine bir miktar sirke koyup kısık ateşe oturtmak ve ısınınca ocaktan alıp, ıslak sünger yardımıyla silmektir.

PATLICANLI GÜVEÇ

4-6 kişilik

8 adet patlıcan
600 gram kuşbaşı doğranmış dana eti
4 adet domates
12 adet sivri biber
10 adet arpacık soğan
2 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı domates salçası
1 çay bardağı ılık sebze suyu
Yarım çay kaşığı karabiber
Tuz

1 PATLICANLARI alacalı soyduktan sonra iri halkalar halinde doğrayın ve tuzlu su dolu bir kaba alın. 10 dakika sonra süzüp sudan geçirin ve sıkın.

2 Güveci 2 çorba kaşığı zeytinyağını ile yağlayın. Eti yerleştirip, üzerine patlıcanları birbirine değecek şekilde dizin. Sıra ile halka doğranmış domates ve irice doğranmış biberin yarısını ilave edip, üzerine soğanlar yerleştirin. Elinizle hafifçe bastırıp, kalan domates ve biberi ilave edin.

3 Ayrı bir yerde sebze suyu ile domates salçasını açın. Karabiber ve tuz ilave edip çırpın. Malzemenin üzerine gezdirip, varsa kapağını kapatın. Yoksa önce pişirme kağıdı, sonra alüminyum folyo ile kaplayın. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında 2 saat pişirin.

PEYNİRLİ MANTARLI GÜVEÇ

4 kişilik

30 gram kurutulmuş porçini mantarı
200 gram taze sarı kız mantarı (donmuş ya da kurutulmuş olabilir)
200 gram taze Kanlıca mantarı (donmuş ya da kurutulmuş olabilir)
Yeteri kadar su
6-7 adet kiraz domates
6 diş doğranmış sarmısak
Yarım acı kırmızı biber
50 gram rendelenmiş parmesan peyniri veya eski kaşar peyniri, 1 çay kaşığı tuz
2 çorba kaşığı zeytinyağı
Bir tutam taze kekik veya mercan köşk

MANTARLARI yıkamadan fırça ile iyice temizleyin. Kuru porçini mantarını bir kasede ılık su ile ıslatın. Suyunu iyice süzüp, suyu bir kaba mantarı başka bir kaba alın. Büyük mantarları ikiye bölün. Sığ ve geniş bir güvece tüm mantarları dizin. Domatesleri aralarına yerleştirin. Doğranmış sarmısak ve biberi üzerlerine ekleyin. Rendelenmiş peynir serpip, zeytinyağı, kekik ve tuz ilave edin. Üzerine mantar suyunu gezdirin. Pişirme kağıdı ile kaplayıp, önceden ısıtılmış 200 derece fırında 30 dakika pişirin.

SAFRANLI PİRİNÇLİ KUZU GÜVEÇ

4 kişilik

750 gram kuzu gerdan
1 su bardağı pirinç
Yeteri kadar su, bir tutam safran
3 çorba kaşığı zeytinyağı
1-2 çorba kaşığı sirke
1 adet soğan, 2 diş sarmısak
Yarım çay kaşığı karabiber
12 adet adaçayı yaprağı
200 gram taze bezelye
2 su bardağı sebze suyu, 1 çay kaşığı tuz

PİRİNCİ ılık tuzlu suda 2 saat dinlendirin. Suyunu süzüp kenara alın. Safranı küçük bir kaseye alıp üzerini geçecek kadar sıcak su dökün. Ocakta kullanmaya uygun sığ bir güvece 1 çorba kaşığı zeytinyağını koyup, eti renk alana dek ocakta mühürleyin. Daha sonra etleri bir tabağa aktarın ve gücevin dibini sirke ile silin. Kalan 2 çorba kaşığı zeytinyağını güvece alıp, yemeklik doğranmış soğan ve kıyılmış sarmısağı ilave ederek soteleyin. Et, karabiber ve tuz ekleyip ocakta 10 dakika pişirin. Üzerine süzdüğünüz safranın suyunu, doğranmış adaçayı ve bezelyeyi ilave edin. Sebze suyu ekleyip, üzerini pişirme kâğıdı veya kendi kapağı ile kapatın. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında 45 dakika pişirin. Fırından alıp pirinci ekleyin, gerekirse biraz daha sebze suyu ilave edin. Yeniden fırına verip, kapağını kapatın ve 160 derece fırında 30 dakika pişirin.

KURUFASULYELİ TAVUK GÜVEÇ

6 kişilik

800 gram bombay fasulye
1 adet bütün tavuk (yaklaşık bir buçuk kg)
12 diş kabuklu sarmısak
3 çorba kaşığı zeytinyağı
1-2 çorba kaşığı üzüm sirkesi
Yarım çay kaşığı karabiber
3 dal biberiye, 2 çay kaşığı tuz
1 su bardağı sebze suyu
1 adet kırmızı biber

1 FASULYEYİ bir gece önceden ıslatın. Düdüklü tencereye alıp, üzerine su ilave edin ve düdüğü çıkana dek haşlayın. Düdük çıktıktan sonra 5 dakika daha haşlayıp suyunu süzün.

2 Tavuğu kelebek şeklinde açın. Yıkayıp kuruladıktan sonra 2 çorba kaşığı zeytinyağı, karabiber ve tuzla iyice ovalayın. Yayvan bir güveç kabını veya tavuk güvece büyük gelirse büyük boy bir fırın tepsisini kalan 1 çorba kaşığı zeytinyağı ile yağlayın. Tavuğun göğüs kısmı aşağı gelecek şekilde içine yerleştirin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında her iki tarafını da 5'er dakika pişirip, başka bir tabağa aktarın.

3 Üzüm sirkesi ile tavuğu pişirdiğiniz kabın içini silin. Daha sonra sarmısak ve biberiyenin yarısını içine atıp, 3 dakika pişirin. Fasulye, 1 su bardağı sebze suyu, tuz ve karabiber ilave edip 5 dakika daha pişirin. Küp doğranmış kırmızı biber ve kalan biberiyeyi ilave edin. Tavuğu, göğsü üste gelecek şekilde yerleştirip, üzerini önce pişirme kağıdı, sonra alüminyum folyo ile kapatın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 1 saat pişirin.

Not... not... not...

Tavuğu kelebek şeklinde açmak için göğsü üste gelecek şekilde, kuyruk tarafından tutarak göğsün ortasındaki kemiği tavuk makasıyla iki tarafından keserek çıkarın. Daha sonra tavuğu ters çevirin. Elinizle tavuğun orta yerinde yer alan kıkırdaklı kemiği hissedin, nazikçe onu da çıkarın. Kuyruk tarafında yer alan yağı kesin. Kenarlardaki fazla yağları alın. Bu parçaları tavuk suyu yapmak için saklayabilirsiniz.

GÜVEÇTE KAYISILI KUZU YAHNİ

4-6 kişilik

750 gram iri parçalara bölünmüş kuzu kol
4'er adet taze ve kurutulmuş kayısı
1 su bardağı sebze suyu
1 çay kaşığı zerdeçal
3 çorba kaşığı zeytinyağı
2 çorba kaşığı kıyılmış nane
2 çorba kaşığı limon suyu
2 çorba kaşığı un
10 adet arpacık soğan
4 adet sivri biber, 1 adet kırmızı biber
3 adet defne yaprağı, tuz, karabiber

1 KURU kayısıyı ılık suda 15-20 dakika bekletin. Suyunu süzüp kenara alın. Ilık sebze suyu, zerdeçal, 1 çorba kaşığı zeytinyağı ve yarım çay kaşığı tuzu bir kaseye alıp karıştırın. Üzerine nane ve limon suyunu ilave edin.

2 Ayrı bir yerde un ile yarım çay kaşığı tuz ve karabiberi karıştırın. Eti bu karışımla ovalayın. Ocakta kullanmaya uygun sığ bir güveci ocağa oturtup, içine 2 çorba kaşığı zeytinyağı koyun. Eti ilave edip, önlü arkalı mühürleyin.

3 Ocaktan alıp, eti düzgünce yerleştirin. Temizlenmiş arpacık soğanları dizip, irice doğranmış biberleri ilave edin. Kuru kayısı ve ikiye bölünmüş taze kayısıları yerleştirin. Aralarına defne yapraklarını sıkıştırın. Daha sonra sebze suyu karışımını ekleyip, tuzunu ayarlayın.

4 Pişirme kağıdı ile kapatıp, önceden ısıtılmış 160 derece fırında 90 dakika pişirin. Sürenin sonunda fırından alıp, eti çatalla dağıtmaya çalışın. Dağılıyorsa olmuş demektir, dağılmıyorsa 30 dakika daha pişirin ve sıcak olarak servis yapın.

GÜVEÇTE KABAKLI ENGİNARLI ÇORBA

6-8 kişilik

3 adet orta boy kabak

500 gram enginar kalbi veya 4 adet çanak enginar

3 çorba kaşığı zeytinyağı

3 diş doğranmış sarmısak

1 çorba kaşığı domates salçası

Yedi buçuk su bardağı sebze suyu

İki buçuk su bardağı rendelenmiş domates

4-5 dal kıyılmış maydanoz

3-4 dal kıyılmış dereotu

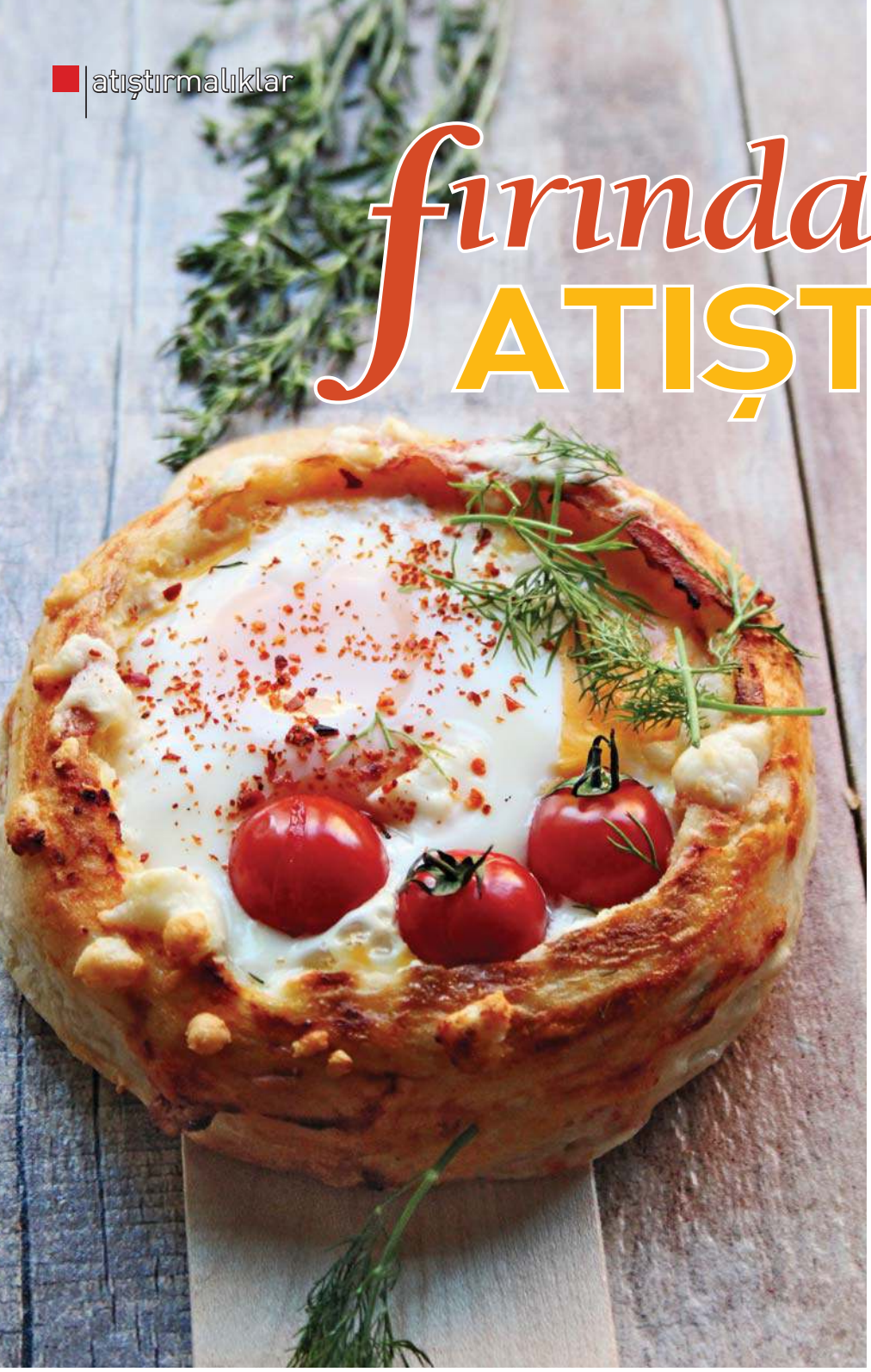
1 çay kaşığı karabiber, tuz

OCAKTA kullanmaya uygun orta boy bir güvecin içini 2 çorba kaşığı zeytinyağı ile yağlayın. Kalan zeytinyağını güvece alıp, sarmısağı hafifçe soteleyin ve doğranmış kabakları ekleyin. Beş dakika karıştırarak pişirdikten sonra domates salçası ilave edin. Sebze suyu, tuz ve karabiberi ekleyin. Kaynamaya başlayınca üzerine rendelenmiş domatesi yayıp, kapağını kapatın veya pişirme kağıdı ile kapatıp önceden ısıtılmış 160 derece fırında 60 dakika pişirin. Güveci fırından alıp, enginar kalbi, kıyılmış maydanoz ve dereotu ekleyip 15 dakika daha pişirip fırından alın.

Sebze suyu:

Yazın sebze suyu yapmak için 1 adet kabukları temizlenmiş bütün soğan, 2-3 adet kabaca doğranmış taze soğan, 3 adet defne yaprağı, 2-3 dal maydanoz, bir tutam kekik, tuz, karabiber, 1 çorba kaşığı zeytinyağı ile yedi buçuk su bardağı suyu bir tencereye alıp ocağa oturtun. Kaynamaya başlayınca altını kısıp, 30 dakika daha kaynatın. Süzüp suyunu kullanın.

fırından alıp ATIŞTIRIN!



Tarifler, fotoğraflar ve styling:
Zeynep Dinç
homemade.is.happiness

Bazen çayın yanında, bazen ekmeğin arasında, bazen sosa batırarak büyük bir keyifle yediğimiz yiyeceklerin başında gelir atıştırmalıklar... Zeynep Dinç'in hepsini fırında pişirerek hazırladığı atıştırmalıklar arasında, sebzelerin hafifliğinden yulafın en kıtır haline ve ekmek üstü renk cümbüşü lezzetlere kadar herkes damak tadına uygun bir tarif bulabilir...

YUMURTA VE PEYNİR DOLGULU MİNİ BAZLAMALAR

4-6 kişilik

- 4 adet küçük boy bazlama
- 125 gram yoğurt
- 3 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı biber salçası
- 100 gram ufalanmış beyaz peynir
- 8 adet yumurta, 1 adet kırmızı biber
- 6 adet kiraz domates
- 10-12 dal dereotu, tuz, pulbiber

BAZLAMALARIN ortasındaki bölümü alıp çukur oluşturun. Bir kapta yoğurt, zeytinyağı, salça ve peyniri çırpıp çukurların içine ve kenarlarına eşit miktarda sürün. Her bazlamanın içine 2 adet yumurta kırıp tuz serpin. Arzunuza göre yumurtaları dağıtın veya bütün bırakın. İkisinin üzerine kırmızı biber dilimlerini, ikisine de kiraz domatesleri pay edin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında yumurtalar pişene ve bazlamalar altın sarısı olana kadar 20 -25 dakika pişirin. Dereotu ve pulbiber ile süsleyerek sıcak servis yapın.

FIRINDA PATATES VE SOĞAN

6-8 kişilik

6 adet taze patates
6 çorba kaşığı zeytinyağı
8 adet küçük boy kırmızı soğan
1 adet küçük kırmızı acı biber
10-12 dal taze kekik
Yeteri kadar deniz tuzu

Servis için: Ketçap ve hardal

PATATESLERİ yıkayıp kabuklarıyla elma dilimi şeklinde doğrayın. Kırmızı soğanları kabuklarıyla beraber dörde bölün. Acı biberi ince kıyıp tüm malzemeyi geniş bir kapta zeytinyağı, kekik yaprakları ve öğütülmüş deniz tuzu ile harmanlayın. Pişirme kağıdı serilmiş bir fırın tepsisine sadece patatesleri yayın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 30 dakika pişirin. Sürenin sonunda tepsiyi çıkarıp patatesleri ters yüz edin ve ayırdığınız soğan ve biberi de ekleyip 20-25 dakika daha pişirerek fırından alın. Ketçap ve hardalla sıcak servis yapın.

ÇİFT KATLI TORTİLLA PİZZA

6-8 kişilik

2 adet pizza için:
4 adet lavaş (tortilla)
200 gram beyaz peynir
3 adet küçük sarı kabak (Girit kabağı da kullanılabilir)
1 çorba kaşığı zeytinyağı
12-15 adet kiraz domates
5-6 adet turuncu kiraz domates
8-10 dal taze kekik
1 çorba kaşığı susam
Bir tutam pulbiber

Pizza sosu için:
2 çorba kaşığı domates salçası
2 çorba kaşığı su
2 çorba kaşığı zeytinyağı

1 PİŞİRME kağıdı serilmiş 2 adet fırın tepsisine 1'er adet tortilla yerleştirin. Sos için salçayı su ve zeytinyağı ile inceltip tortillaların üzerine sürüp ikinci katları yerleştirin.

2 Dilimlenmiş kabakları zeytinyağı ile karıştırıp, pizzalardan birinin üzerine daire şeklinde dizin. Domatesleri ikiye bölüp yarısını kabakların ortasına koyun. Peynirin yarısını üzerlerine serpin. Kekik dallarını yerleştirip pulbiber ve susam serpin.

3 Kalan peyniri diğer pizzanın üzerine serpin ve kalan domatesleri yerleştirin. Susam serpin ve kekik dallarını koyun. Pizzaları önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20 -25 dakika pişirin. Sıcak servis yapın.

KURU DOMATESLİ KEK

4-6 kişilik

10-12 adet kurutulmuş domates
4 adet yumurta
1 çay kaşığı tuz
6 çorba kaşığı zeytinyağı
9 çorba kaşığı sıvıyağ
3 çorba kaşığı yoğurt
3 su bardağı un
1 paket kabartma tozu
2 diş sarmısak

Süslemek için: 4-5 dal taze kekik

1 KURUTULMUŞ domatesleri yumuşamaları için sıcak suda 10 dakika bekletip ince dilimleyin. Yumurtaları geniş bir kapta çırpın. Yağları ve yoğurdu ilave edip çırpmaya devam edin. Karışıma elenmiş un, kabartma tozu, dövülmüş sarmısak ve tuz ekleyip homojen bir kıvam alana dek karıştırın. Üzerine kurutulmuş domates ekleyin.

2 Karışımı iyice yağladığınız baton bir kek kalıbına veya muffin kalıpların dökün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-35 dakika kontrol ederek pişirin (keke bir kürdan batırın temiz çıkıyorsa pişmiş demektir). Kekikle süsleyerek servis yapın.

Kuru domatesli kek hamuruna yeşil zeytin dilimleri de ekleyerek farklı lezzette muffinler pişirebilirsiniz.

DİP SOSLU PARTİ SEBZELERİ

4-6 kişilik

Fırın sebzeler için:
3 adet ince dilimlenmiş tatlı patates
1 adet halka doğranmış havuç
4 çorba kaşığı zeytinyağı
5 adet küçük boy uzun dilimlenmiş Girit kabağı
3 adet ikiye kesilmiş kırmızı biber
3 adet ikiye kesilmiş köy biberi
9-10 adet kabuklu bezelye
10-15 adet kiraz domates
Yeteri kadar deniz tuzu

Kruton için:
4 dilim tam tahıllı ekmek
1 çorba kaşığı zeytinyağı
1 çorba kaşığı kuru nane, tuz

Pratik guacamole sos için:
1 adet olgun avokado
1 çorba kaşığı zeytinyağı
Yarım çay kaşığı pulbiber
1 adet jalapeno biberi
Yarım lime suyu, tuz

Sarmısaklı yoğurt sos için:
2 çorba kaşığı süzme yoğurt
1 diş dövülmüş sarmısak
1 çorba kaşığı sızma zeytinyağı
Yarım çay kaşığı pulbiber, tuz

1 PATATESLERİ ve havuçları derin bir kaba alıp, 2 çorba kaşığı zeytinyağı ve arzunuza göre deniz tuzu ile karıştırın.

2 Kabak ve biberleri de başka bir kaba alıp 1 çorba kaşığı zeytinyağı ve tuzla karıştırın. Patates ve havuçları pişirme kağıdı serilmiş bir fırın tepsisine yerleştirip önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15-20 dakika pişirin. Sürenin sonunda fırından alıp, kabak ve biberleri ilave edin. Yeniden fırına verip, 8-10 dakika daha pişirin.

3 Bezelye ve ikiye bölünmüş kiraz domatesleri 1 çorba kaşığı zeytinyağı ve tuz ile harmanlayıp üzerine ekleyin.

4 Kruton için küp doğranmış ekmekleri de ayrı bir kapta 1 çorba kaşığı zeytinyağı, kuru nane ve tuz ile harmanlayıp sebzelere ilave edin. Hepsini birlikte 15-20 dakika daha pişirin.

5 Pratik guacamole sos için zeytinyağı ve pulbiberi iyice karıştırıp kırmızı renk yağa geçene kadar bekletin. Jalapeno biberi ocakta hızlıca közleyin, soyun ve soğutun. Avokadonun çekirdeğini çıkarın. Kabuklarını soyup biraz taneli kalacak şekilde çatalla ezin. Köz jalapeno biberini ince kıyıp avokadoya homojen olarak karıştırın. Lime suyu, tuz ve pulbiberli zeytinyağını ekleyip karıştırın.

6 Sarmısaklı yoğurt sos için zeytinyağı ve pulbiberi iyice karıştırıp kırmızı renk yağa geçene kadar bekletin. Sarmısağı rendeleyip tuzla birlikte yoğurda karıştırın. Yoğurdun ortasına kaşığın tersiyle bir havuz açıp pulbiberli zeytinyağını dökün. Sosları sıcak sebzelerin yanında soğuk olarak servis edin.

Not... not... not...

★ Tatlı patates bulamazsanız normal patates de kullanabilirsiniz.
★ Patatesleri ne kadar ince dilimlerseniz o kadar çıtır olur.
★ Fırının ısı kaybını en aza indirmek için tepsiye malzeme ilave ederken hızlı hareket etmeye özen gösterin.

MERENG PASTACIKLAR

8-10 kişilik

Mereng için:

3 adet yumurtanın akı (oda sıcaklığında)
1 su bardağı tozşeker
3-4 damla limon suyu
Bir tutam tuz

Krema için: 1 paket krem şanti
2 çay bardağı soğuk süt

Meyve şurubu için:

2 çorba kaşığı dolusu dondurulmuş frambuaz veya başka bir mevsim meyvesi
2 çorba kaşığı çam balı

1 MERENG için sarısını karıştırmadan dikkatlice ayırdığınız yumurta aklarını derin bir kaba alıp, mikser yardımıyla çırparak iyice köpürtün. Azar azar ve sırasıyla tozşeker, limon suyu ve tuz ilave ederek çırpmaya devam edin. Pütürsüz, yoğun ve parlak bir kıvam elde ettiğinizde karışımı sıkma torbasına alın.

2 Pişirme kağıdı yayılmış fırın tepsisine istediğiniz büyüklükte sıkın. (Tarifteki ölçüyle görseldeki boyda 10 adet beze elde edilebileceği gibi 40 adet kadar küçük beze de yapılabilir). Bezeleri önceden ısıtılmış 100 derece fırında 60 dakika pişirin.

3 Krema için toz krem şanti ve soğuk sütü koyu kıvam alana kadar mikser yardımıyla çırpın. Buzlukta yarım saat bekletip buzdolabına alın.

4 Meyve şurubu için frambuaz ve balı bir tavada kısık ateşte rengini salana ve akışkanlığını kaybetmeyecek şekilde koyulaşana kadar kaynatın. Bir bardağa alıp ara ara karıştırarak soğumaya bırakın.

Servis için fırından çıkardığınız merengleri oda sıcaklığında soğutun. Daha sonra bir bıçak yardımıyla üst kıvrımlarını düz bir şekilde kesin. İçlerini hazırladığınız krem şanti ile doldurup kaşığın tersi ile bir havuz oluşturun. Meyve şurubunu da ekleyerek servis yapın.

KEÇİBOYNUZU UNLU GRANOLA

4-6 kişilik

2 çorba kaşığı keçiboynuzu unu
2 su bardağı yulaf
2 çorba kaşığı esmerşeker
3 çorba taneli fıstık ezmesi
1 çorba kaşığı çam balı
2 çorba kaşığı sıvıyağ
1 adet yumurtanın akı
1 avuç kavrulmuş fındık
1 avuç kurutulmuş cranberry

1 BİR kasede keçiboynuzu unu, yulaf ve esmerşekeri, başka bir kasede de fıstık ezmesi, bal, sıvıyağ ve yumurta akını karıştırın. Sıvı karışımı, kuru karışıma ekleyerek homojen bir kıvam alana kadar elinizle iyice yoğurun.

2 Pişirme kağıdı serilmiş fırın tepsisine granola karışımını ince bir tabaka olarak yayın. Üzerine fındık ve cranberry serpiştirin. Ellerinizle dört tarafından ve üzerinden iyice bastırarak kalıp gibi şekillendirin. (Karışım tepside sıkı bir dokuda olmazsa piştikten sonra keserken ufalanır.)

3 Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20-25 dakika pişirin. Fırından aldıktan sonra oda sıcaklığında 1 saat dinlendirin. Daha sonra dilimleyin.

Not... not... not...

Keçiboynuzu unlu granolayı arzunuza göre üzerine biraz bal akıtarak servis edebilir veya atıştırmalık olarak tek tek paketleyebilirsiniz. Hava almayan kapta bir haftaya yakın saklayabilirsiniz.

Yaz Alışverişi ve Eğlence Rehberiniz

Cosmopolitan Summer Shopping 2017 yaz sayısı bayilerde...

TURKUVAZ DERGİ

7 bölge 7 lezzet

Stilist: Selenay Kübra KOÇER Fotoğraflar: Erkin ÖN

Muhsin Ertürk

Anadolu'nun her bölgesi, birbirinden renkli manzaralar gösterirken; mutfağı da keşfettikçe büyülüyor ve zenginliğiyle göz kamaştırıyor. Tatlısından et yemeğine, hamurişinden kebabına kadar Türkiye'nin her yerinden en özel fırın yemeği tariflerini Tadında Anadolu'nun Başaşçısı Muhsin Ertürk hazırladı...

FODULA

5 adet

500 gram un, 20 gram yaş maya
1 su bardağı ılık su, 1 adet yumurta
1 çay bardağı sıvıyağ
1 çorba kaşığı tozşeker
1 çay kaşığı tuz
Servis için: Tereyağı

UNU derin bir kaba alın ve ortasını havuz şeklinde açın. Maya, ılık su, yumurta, sıvıyağ, tozşeker ve tuz ekleyip, tüm malzemeyi iyice yoğurun. Üzerini nemli bir bezle örtün ve yarım saat dinlendirin. Hamuru 5 bezeye ayırın ve her birine kapalı pide şekli verip, fırın tepsisine yerleştirin. Fırına vermeden önce 15 dakika daha dinlendirin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında üzeri kızarana kadar pişirin ve tereyağı ile birlikte sıcak olarak servis yapın.

SOĞAN KEBABI

4-6 kişilik

15-20 adet arpacık soğan

2-3 çorba kaşığı zeytinyağı

1 Türk kahvesi fincanı nar ekşisi

Yarım su bardağı su

Köfte harcı için: 300 gram dana kıyma

2 diş sarmısak

Tuz, karabiber, kimyon

Üzeri için: 4-5 dal taze soğan

KÖFTE için tüm malzemeyi geniş bir kaba alıp yoğurun ve buzdolabında yarım saat dinlenmeye bırakın. Soğanları dış kabuğunun bir katı kalacak şekilde ayıklayın. Daha sonra tamamen ikiye ayırmadan ortasına kesik atın. Arpacık soğan boyutunda köfteler hazırlayın. Zeytinyağı ile yağladığınız fırın tepsisine soğan ve köfteleri dizin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 20 dakika pişirin. Nar ekşisi ve suyu karıştırıp üzerine ekleyin. Tepsinin üzerini önce pişirme kağıdı sonra alüminyum folyo ile kapatıp yeniden fırına verin. 20-25 dakika soğanlar yumuşayana dek pişirin. Kıyılmış taze soğan ekleyerek sıcak servis yapın.

Güneydoğu Anadolu Bölgesi

LOR SARMASI

10-12 kişilik

Hamuru için: 1 adet yumurta
1 tatlı kaşığı tozşeker
1 tatlı kaşığı limon suyu
5 su bardağı un, yeteri kadar su

Hamuru açmak için: Nişasta

İç malzeme için: 500 gram tatlı lor
125 gram tereyağı

Şerbeti için:
İki buçuk su bardağı tozşeker
2 su bardağı su
2 damla limon suyu

1 YUMURTA, tozşeker, limon suyu ve unu derin bir kaba alın. Kulak memesi yumuşaklığında bir hamur elde edene kadar su ilave edip, yoğurun. Üzerini nemli bir bezle örtün ve 15 dakika dinlendirin.

2 Hamuru iki eşit parçaya ayırın ve merdane ile ince olacak şekilde açın. Açtığınız yufkaları ortadan ikiye kesin. İki adet yarım yufkayı, kesilmiş düz kısımları dışta kalacak ve yuvarlak kısımların uçları ortada üst üste gelecek şekilde, arasına eritilmiş tereyağı sürerek yerleştirin. Diğer 2 adet yarım yufkayı da aynı şekilde hazırlayıp, iki adet dikdörtgen hamur elde edin. Eritilmiş tereyağı ile lorun yarısını hamurun üzerine sürüp, rulo yapın. 4 parmak genişliğinde kesin ve yağlanmış fırın tepsisine dizin.

3 Diğer hamuru da aynı şekilde hazırlayın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzerleri hafif pembeleşene kadar pişirin. Şerbeti için tozşeker ve suyu bir tencerede kaynatıp, limon suyunu ilave edin. Bir taşım kaynatıp, soğumaya bırakın. Pişen sıcak tatlının üzerine soğuk şerbeti gezdirin.

Karadeniz Bölgesi

TOKAT TAVASI

6-8 kişilik

1 kg kuşbaşı dana veya kuzu eti

150 gram kuşbaşı kuyruk yağı

4 adet patates

2 adet kabak

2 adet patlıcan

4 adet köy biberi

250 gram arpacık soğan

2 baş sarmısak

500 gram domates

1 su bardağı su

1'er çay kaşığı kimyon ve pulbiber

1 tatlı kaşığı kaya tuzu

1 PATATES, kabak, patlıcan ve biberleri temizleyip etle aynı boyda olacak şekilde doğrayın. Soğan ve sarmısakları soyun. Domatesi küp doğrayın.

2 Tokat tavasının yöresel pişirme gereci olan bakır tavaya, yoksa bir güveç ya da fırın kabına kat kat olacak şekilde sırasıyla patates, arpacık soğan, patlıcan, biber, kabağı aralarına sarmısak koyarak dizin. En üste eti, onun üzerine de doğranmış kuyruk yağını ilave edin. Üzerine 1 su bardağı su ekleyip, tuz ve baharatları serpin. Üzerini alüminyum folyo veya kendi kapağıyla kapatın.

3 Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 1.5 saat pişirin. Sürenin sonunda kuyruk yağının eriyip erimediğini kontrol edin. Yeterince erimişse domates ekleyip ısısını 220 dereceye yükselttiğiniz fırına verin ve 45 dakika daha pişirin. Fırından alıp malzemeleri ezmeden karıştırarak sıcak servis yapın.

Ege Bölgesi

HAŞHAŞLI YOĞURT TATLISI

8-10 kişilik

3 adet yumurta
3 Türk kahvesi fincanı tozşeker
3 çorba kaşığı yoğurt
İki buçuk Türk kahvesi fincanı irmik
Yarım Türk kahvesi fincanı mavi haşhaş
4 Türk kahvesi fincanı un
1 paket vanilya
1 paket kabartma tozu
1 tatlı kaşığı rendelenmiş portakal kabuğu
1 çorba kaşığı sıvıyağ

Şerbeti için: 9 Türk kahvesi fincanı tozşeker
9 Türk kahvesi fincanı su
1 çorba kaşığı limon suyu

Servis için:
200 gram kaymak
3 çorba kaşığı toz antepfıstığı

ŞERBET için tozşeker ve suyu derin bir tencereye alıp kaynatın. Kaynamaya başladıktan sonra limon suyunu ekleyip 5 dakika daha kaynattıktan sonra ocaktan alın ve soğumaya bırakın.
Tatlının hamuru için yumurtaları şekerle iyice çırpın. Yoğurdu ilave edip çırpmaya devam edin. Mavi haşhaş, un, vanilya, irmik, rendelenmiş portakal kabuğu ve kabartma tozunu ekleyip karıştırın. Pürüzsüz bir kıvam alınca yağlanmış yuvarlak bir fırın tepsisine dökün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzeri kızarana kadar pişirin. Fırından çıkardıktan sonra soğuk şerbeti sıcak tatlının üzerine dökün.
Şerbeti çekene dek bekletin. Dilimledikten sonra üzerini kaymak ve toz antepfıstığı ile süsleyerek servis edin.

TESTİ KEBABI

6-8 kişilik

1 kg kuşbaşı dana veya kuzu eti
500 gram domates
5-6 adet sivri biber
500 gram arpacık soğan
15-20 diş sarmısak
250 gram tereyağı, tuz, karabiber

DOMATES ve biberi etle aynı boyda olacak şekilde küp doğrayın. Arpacık soğan ve sarmısakları soyun. Eti geniş bir kaba alıp sebzeleri ve kalan malzemeyi üzerine ekleyin ve ezmeden karıştırın. Testinin içini iyice yıkadıktan sonra kurulayıp tereyağının yarısıyla yağlayın. Karışımı testiye doldurup kalan tereyağını ekleyerek ağzını hamurla veya önce pişirme kağıdı sonra alüminyum folyoyla kapatıp üzerine küçük bir delik açın. Önceden ısıtılmış 240 derece fırına dik olarak yerleştirin ve 1.5 saat pişirin.

Akdeniz Bölgesi

ZORKUN TAVASI

6-8 kişilik

1 kg kuşbaşı doğranmış dana veya kuzu eti
1 kg soğan, 1 kg domates
500 gram acı sivri biber
1 çorba kaşığı biber salçası
1 su bardağı sıvıyağ
Bir buçuk su bardağı su
1'er tatlı kaşığı kimyon, pulbiber
2 tatlı kaşığı tuz

ETİ geniş bir kaba alın. Soğan, domates ve biberleri iri küp şeklinde doğrayın ve üzerine ekleyin. Kalan malzemeyi de karışıma ilave edip domatesleri ezmeden yavaşça karıştırın. Hazırladığınız karışımı büyük bir fırın tepsisine yayıp önceden ısıtılmış 200 derece fırında 1.5 saat kadar pişirin.

Anneleri her sayımızı okuyor, bebekler sağlıklı büyüyor.

•Hamilelik, doğum ve doğum sonrası
•Çocuk gelişimi, sağlığı, bakımı, psikolojisi
•Aile içi ilişkiler ve iletişim •Güncel haberler
•Röportajlar •Aktivite önerileri ve yemek tarifleri
•Uzman doktor yazıları •Yenilikler

Bebeğim ve Biz, bilgi dolu içeriğiyle her ay bayilerde...

TURKUVAZ DERGİ

Denizden fırına...

Balık ve farklı deniz ürünleri kısa sürede hazırlanıp, yanlarına yeşil bir salata eklendiğinde besleyici, sağlıklı ve lezzetli bir öğüne dönüşüverdiklerinden sofralarda sıklıkla tercih edilir. Cunda Balık Mezze Evi'nin Şefi Suat Mersin, hepsini fırında pişirdiği birbirinden lezzetli deniz ürünlü tarifler hazırladı.

Stilist: Selenay Kübra KOÇER
Fotoğraflar: Erkin ÖN

KALAMAR DOLMA

6-8 kişilik

4 adet büyük boy ayıklanmış kalamar
500 gram keçi peyniri
Yarım demet frenk maydanozu
Yarım demet dereotu
Bir tutam tarçın
Tuz, karabiber

Marine için: 1 şişe maden suyu
2 çorba kaşığı karbonat
1 çorba kaşığı deniz tuzu

1 TÜM marinasyon malzemesini derin bir kaba alıp karıştırın. Ayıklanmış kalamarları ekleyip 20 dakika kadar ovun. Üzerini streç filme kapatıp bir gece buzdolabında bekletin.

2 Ertesi gün marineden çıkarıp iyice yıkayın ve kenara alın. Keçi peynirini derin bir kabın içine rendeleyip üzerine kıyılmış frenk maydanozu ve dereotu katın. Tuz ve baharatları da ekleyip iyice harmanladıktan sonra karışımı kalamarların içine pay edin.

3 Açılmalarını önlemek için kürdanla sabitleyin. Üzerlerine keskin bir bıçakla dikine gelecek şekilde ince kesikler atın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-35 dakika kadar pişirin.

Aşçının notu:

Arzuya göre zeytinyağı ve pulbiberi ocakta ısıtıp, kalamarların üzerlerine gezdirerek de servis yapabilirsiniz.

SARDALYALI MISIR EKMEĞİ

4-6 kişilik

500 gram ayıklanmış sardalya
1 su bardağı mısır unu
1 su bardağı ılık su
Yarım paket yaş maya
Yarım çay bardağı sıvıyağ
1 adet yumurta
Yarım demet kıyılmış dereotu
8-10 dal kıyılmış frenk maydanozu, tuz, karabiber

ILIK su ve mayayı karıştırıp 3-4 dakika mayanın aktifleşmesini bekleyin. Mısır ununu geniş bir kaba alıp ortasını açın. Maya, sıvıyağ, yumurta, dereotu, frenk maydanozu, tuz ve karabiberi iyice karıştırın. Hamuru 30-40 dakika oda sıcaklığında mayalanmaya bırakın. Geniş bir güveç kabı veya baton bir kek kalıbını pişirme kağıdı ile kaplayın. Kabın zeminine ayıklanmış sardalyaları dizin. Üzerine mayalanan hamuru dökün. Hamurun üzerini de kalan sardalyalarla kapatın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-35 dakika pişirin. Fırından çıkarıp 30-40 dakika oda sıcaklığında ılıtın. Dilimleyerek servis yapın.

KAĞITTA DAMLA SAKIZLI LEVREK

2 kişilik

1 kg levrek (2 adet)
1 parça damla sakızı
1 adet domates
4-5 adet mantar
1 adet sivri biber
1 çorba kaşığı krema
Tuz, karabiber, kekik, pulbiber

LEVREKLERİ ayıklayın. Domates, mantar ve biberi halka doğrayın. Mantar, dövülmüş damla sakızı ve kremayı orta ateşte 5-6 dakika soteleyin. İki parça fırın tepsisi boyutunda pişirme kağıdını kesin. Kağıtlardan birinin ortasına sırasıyla domates, balık, biber ve mantarlı sosu ilave edin. Üzerine tuz ve baharatları serpiştirip kenarlardan ortaya doğru kapatın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-35 dakika pişirin.

ÇİPURA DOLMASI

4 kişilik

2 adet deniz çipurası
1 adet kırmızı soğan
1 adet limon
1 adet domates
4-5 diş kıyılmış sarmısak
3-4 adet defne yaprağı
2 çorba kaşığı zeytinyağı
Yeteri kadar tuz, pulbiber ve kekik

İç malzeme için:

500 gram şevketi bostan
Yeteri kadar su
1 adet patates
1 adet domates
1 adet kırmızı biber
1 adet sivri biber
8-10 adet arpacık soğan
3-4 adet defne yaprağı
Yeteri kadar tuz

İÇ malzeme için şevketi bostanı yıkayıp ayıklayın. Derin bir tencerede yumuşayana kadar haşlayın. Süzüp soğumaya bırakın. Arpacık soğanları temizleyin. Patates ve domatesi küp, biberleri ise ince halkalar şeklinde doğrayın. Şevketi bostanı kıyıp tüm sebzeleri, defne yaprağı ve tuzu üzerine ekleyin. Derin bir fırın kabını yağlayıp balığı yerleştirin. İçine hazırladığınız karışımı doldurun. Kırmızı soğan, domates ve limonu ince dilimleyip balığın üzerine dizin. Sarmısak, defne yaprağı, tuz, pulbiber ve kekiği üzerine ekleyin. Zeytinyağını gezdirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-35 dakika pişirin.

FIRINDA BEBEK AHTAPOT

4 kişilik

8 adet bebek ahtapot
Yeteri kadar su
1 adet kırmızı biber
2 diş sarmısak
4-5 adet defne yaprağı
2 çorba kaşığı zeytinyağı
Tuz, karabiber, pulbiber, kekik

AHTAPOTLARI ayıklayıp temizledikten sonra suda iyice haşlayın. Üzerine ince kıyılmış kırmızı biber, sarmısak, defne yaprağı, zeytinyağı, tuz ve baharatları ekleyip harmanlayın. Bir fırın kabına alıp önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15-20 dakika pişirin.

KARİDES GÜVEÇ

4 kişilik

200 gram ayıklanmış çimçim karides
1 adet domates
1 adet sivri biber
2 diş sarmısak
1 çorba kaşığı tereyağı
Yeteri kadar tuz, karabiber, pulbiber, kekik

KARİDESİ geniş bir kaba alıp üzerine rendelenmiş domates, kıyılmış biber, kıyılmış sarmısak, tereyağı, tuz ve baharatları ekleyip harmanlayın. Bir güveç kabına alıp, önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15-20 dakika pişirin.

Aşçının notu:

Dilerseniz güveç piştikten sonra fırından alıp üzerine kaşar peyniri serpip eriyene dek fırında tutabilirsiniz.

SEREN ŞİRİNCE YUSUF ÇİM

Seven ne Yapmaz

YAKINDA

atv

www.atv.com.tr

facebook.com/atv twitter.com/atvcomtr

MF YAPIM

Erdin Taş ve Ercan Karataş

Sağlıklı beslenme bilincinin giderek yayılmasıyla evde ekmek pişirmek pek çok kişi için hem lezzet hem keyif dolu bir uğraş haline geldi. Siz de kendi ekmeğinizi kendiniz yapmak isterseniz Anatolia Fırın'ın farklı unlarla hazırlanan, dumanı üzerinde, çıtır çıtır ve besleyici ekmek tariflerini deneyebilirsiniz.

Stilist: Selenay Kübra KOÇER Fotoğraflar: Erkin ÖN

Dumanı üstünde...

Ekmek yaparken:

- Tüm malzemeler mutlaka oda sıcaklığında olmalı, aksi taktirde ekmeğin kabarması olumsuz etkilenebilir.
- Ekmeklerin nemli ortamda pişmeleri daha iyi bir doku kazanmalarını sağlar, bu nedenle fırının en alt kısmına mutlaka bir kap içerisinde su koyun.
- Yoğurma işleminde dikkat edilmesi gereken nokta hamurun yeterince elastik bir kıvama gelmesidir. Elinizle hamuru açtığınızda kopmadan ve yırtılmadan açılması gerekir.

CHİA EKMEĞİ

6-8 kişilik

1 kg durum buğday unu
200 gram chia tohumu
150 gram kabuksuz kabak çekirdeği
150 gram kabuksuz ayçekirdeği
20 gram tuz, 20 gram kuru maya
600 ml su
Üzerine: Susam, kabak çekirdeği

1 MAYAYI yarım yarım çay bardağı ılık suda 10-15 dakika bekletin. Unu geniş bir kaba alıp ortasını açın. Bu kısma maya, tuz ve kalan suyu ekleyerek, elastik bir hamur elde edene kadar yoğurun. Hamur ele yapışmayacak hale gelince üzerine nemli bir bez örterek 1 saat ilk mayalanma işlemi için dinlenmeye bırakın. Mayalanan hamura chia tohumu, kabak çekirdeği ve ayçekirdeğini ekleyip yavaşça yoğurarak karıştırın.

2 Hamuru dörde bölüp pişirme kağıdı serili dört farklı pişirme kabına veya büyük boy bir baton kalıba yerleştirip 2 saat kadar daha mayalayın. İkinci mayalanma da gerçekleştikten sonra üzerine susam ve çekirdek serpip, önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-35 dakika pişirin.

Fırın Anatolia

Anadolu'nun tamamen doğal, katkısız GDO'suz tahıllarıyla ve ekşi mayalama yöntemini kullanılarak ekmek üretme hayali olan Ercan Karataş, baba mesleği fırıncılık tecrübesinin yanına, ekmek ve unlu mamuller konusunda Avrupa'nın en donanımlı firmalarıyla çalışan Erdin Taş'ı da teknik danışman olarak alarak Fırın Anatolia'yı kurmuş. Fırın Anatolia, sadece "artizan" tarzda ekşi maya ve uzun fermente yöntemi ile fonksiyonel tahıllar kullanılarak daha sağlıklı bir bağışıklık sistemi ve sindirim sistemini destekleyen ekmekler yapıyor. Tüm bunların yanında ekşi mayalı simitleri, glutensiz krik krakları, tatlı çeşitleri ve pastalarıyla müşterilerine hizmet veriyor.

Adres: Erenköy Mahallesi Ömer Paşa Sok. No: 38, İstanbul - Tel: (0216) 385 87 87

GLUTENSİZ KRİK KRAK

8-10 kişilik

500 gram pirinç unu
500 gram mısır nişastası
200 gram kabuksuz çiğ kabak çekirdeği
200 gram kabuksuz ayçekirdeği
200 gram keten tohumu
200 gram pekmez
200 gram zeytinyağı
20 gram tuz, 800 ml su

TÜM malzemeyi geniş bir kaba alıp yoğurun. Üzerine nemli bir bez örterek 60 dakika kadar tahıl tanelerinin yumuşaması ve hamurla bütünleşmesi için dinlenmeye bırakın. Hamuru 2-3 parçaya bölüp iki adet pişirme kağıdı arasında merdane yardımıyla 1'er cm olacak şekilde açın. Dikdörtgen olacak şekilde kesip pişirme kağıdı serili fırın tepsisine dizin. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 40-50 dakika pişirin. Fırının ısısını 100-120 dereceye düşürüp 20-25 dakika fırında kurutun.

ANATOLİA EKMEK

10-12 kişilik

1 kg buğday unu
600 gram ekşi maya
Yaklaşık 600 ml su, 20 gram tuz

1 UN, maya ve suyu karıştırıp hamur haline gelene kadar yaklaşık 20 dakika yoğurun. Bir kabın içine alıp üzerini nemli biz bezle örterek 60 dakika kadar ilk mayalamaya bırakın. İlk mayalama işlemi tamamlandıktan sonra tuzunu ekleyip hamuru tuz karışana kadar tekrar yoğurun. Hamuru dört parçaya bölüp normal somun ekmeğinden biraz daha geniş olacak şekilde biçimlendirin.

2 Kullanacağınız tepsilere pişirme kağıdı serin. Aralarında boşluk bırakarak tepsilere yerleştirin. Yaklaşık 110 dakika kadar ikinci mayalanmaya bırakın. İkinci mayalanma da tamamlandıktan sonra ekmeklerin üzerine dikine bir kesik atın. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 10-15 dakika pişirin ve fırının ısısını 180 dereceye indirip 20-25 dakika daha pişirin.

3 Ekmeğin üzeri iyice kızarıp kalın bir kabuk kazandığında fırından alıp kendiliğinden soğumaya bırakın. Ekmek iyice soğuduktan sonra servis yapın.

ROLL EKMEK

8-10 kişilik

1 kg buğday unu, 15 gram yaşmaya
600 ml ılık su, 20 gram tuz

Yaşmayayı 1 su bardağı su ile karıştırıp 10-15 dakika aktifleşmesi için oda sıcaklığında bekletin. Derin bir kabın içerisinde un ve tuzu karıştırıp ortasını açın. Aktifleşen mayayı bu kısma döküp, unu kenarlardan ortaya doğru taşıyarak yoğurmaya başlayın. Kalan suyu da yavaş yavaş ekleyerek elinize yapışmayıp elastik bir hal alana kadar yoğurun. Oda sıcaklığında üzerine nemli bir bez örterek ilk mayalanma için 1 saat kadar dinlendirin. Dinlenen hamurdan 60 gramlık parçalar koparıp avuç içinizle yuvarlayarak pişirme kağıdı serili tepsilere dizin. Üzerlerine un serpin ve nemli bir bez örterek 2 saat kadar ikinci mayalanmaya bırakın. Mayalandıktan sonra ekmeklerin üzerine dalgalı şekilde üçer adet çizik atın. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 20-25 dakika kadar pişirin.

GLUTENSİZ TAHILLI EKMEK

6-8 kişilik

500 gram pirinç unu
500 gram mısır nişastası
200 gram kabuksuz çiğ kabak çekirdeği
200 gram kabuksuz ayçekirdeği
200 gram keten tohumu
20 gram tuz
600 gram ılık su

TÜM malzemeyi geniş bir kaba alıp iyice yoğurun. Üzerine nemli bir bez örterek ilk mayalanma için 60 dakika dinlenmeye bırakın. Ardından hamuru ikiye bölüp pişirme kağıdı serili iki farklı ekmek kalıbına veya baton bir kalıba yerleştirin. İkinci mayalanma için 2 saat de kabın içinde bekletin. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 70-80 dakika pişirin.

FRANSIZ BAGET EKMEĞİ

4-6 kişilik

1 kg buğday unu, 10 gram kuru maya
600 ml su, 20 gram tuz

1 MAYAYI yarım yarım çay bardağı ılık suda 10-15 dakika bekletin. Unu geniş bir kaba alıp ortasını havuz şeklinde açın. Bu kısma maya, tuz ve kalan suyu ekleyerek, elastik bir hamur elde edene kadar yoğurun.

2 Hamur elinize yapışmayı bıraktıktan sonra üzerine nemli bir bez örterek 60 dakika kadar ilk mayalanmaya bırakın. Hamur dinlenip kabardıktan sonra 320 gramlık parçalara ayırın. Her birine rulo şekli verip un serpilmiş tepside yaklaşık 2 saat süreyle ikinci mayalanmaya bırakın. Mayalanan rulo hamurları elinizle iyice uzatarak pişirme kağıdı serili fırın tepsilerine yerleştirip, üzerlerine verev 3-4 çizik atın. Önceden ısıtılmış 190 derece fırında 25-30 dakika ekmeğin üzeri kızarıp kabuk oluşana kadar pişirin.

Melis Tüzüngüç Ümit İbrahim Kantarcılar Ahmet Varlı Deniz Bolışık Fatih Al Servet Pandur
KANATSIZ KUŞLAR
Kanatsız kuşlardı onlar, umut kırıntıları ile beslenen...
PERŞEMBE 20.00
atv
KOLİBA
www.atv.com.tr
facebook.com/atv twitter.com/atvcomtr

Fırında pişer, sofrayı süsler

Çeşit çeşit meyveleri değerlendirerek fırında pişebilen leziz tatlar hazırlayan Iryna Okur'un tariflerini günün her saati çayın, kahvenin yanında veya öğünleri tatlıya bağlamak için gönül rahatlığı ile konuklarınıza ikram edebilirsiniz.

Tarifler, fotoğraflar ve styling:
Iryna OKUR
instagram.com/okurlar
iraokur@gmail.com

Granolalı fırın armut

(4 kişilik)

- 4 adet armut
- 4-5 çorba kaşığı elma suyu
- 2 tatlı kaşığı tarçın
- 1/4 su bardağı granola

Granola için:

- 1 su bardağı yulaf ezmesi
- 100 gram kabuksuz ayçekirdeği
- 150 gram kıyılmış badem
- 100 gram kurutulmuş üzüm ve kızılcık
- 3 çorba kaşığı esmerşeker
- 5 çorba kaşığı bal
- Bir tutam tarçın
- Servis için: Vanilyalı dondurma ve taze meyveler

GRANOLA için tüm malzemeyi iyice karıştırıp, pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine yayın. Önceden ısıtılmış 160 derece fırında, ara sıra karıştırarak 30 dakika pişirin ve kenara alın. Armutların kabuklarını temizleyip, boylamasına ortadan ikiye kesin ve çekirdek yataklarını dondurma kaşığı yardımıyla çıkarın. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine, çekirdek yatakları yukarı bakacak şekilde yerleştirin. Armutların üzerlerine 1'er çay kaşığı elma suyu gezdirip, kalan suyu armutların etrafına dökün. Tarçın serpip, granola yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 15-20 dakika pişirin. Meyvelerle süsleyip, dondurma ile birlikte servis yapın.

Vişneli, yaban mersinli ve böğürtlenli galette (4-6 kişilik)

- 2 su bardağı vişne
- 1 su bardağı yaban mersini
- 1 su bardağı böğürtlen
- 3/4 su bardağı un
- 100 gram soğuk tereyağı
- 2-3 çorba kaşığı tozşeker
- 1 tatlı kaşığı tarçın
- Bir tutam tuz
- 6 çorba kaşığı krema

Üzeri için:
- 1 çorba kaşığı tarçın ve tozşeker karışımı

UN, tereyağı, tozşeker ve tarçını blenderden geçirin. Hamur yoğurma kabına alıp, üzerine kremayı ilave edin ve yoğurun. 30 dakika buzdolabında dinlendirin. Hamuru ikiye bölüp, merdane yardımıyla yuvarlak açın. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine yerleştirip, üzerlerine tarçınlı tozşekerli karışımı serpin. Hamurlardan birinin ortasına çekirdekleri ayıklanmış vişne, diğer hamurun ortasına da yaban mersini ve böğürtlen yerleştirip, kenarlarını dikkatli şekilde hafif ortaya doğru kapatın ve önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-40 dakika pişirin.

Erikli kek
(6-8 kişilik)

- 6-8 adet anjelik erik
- 1/4 su bardağı yulaf ezmesi
- 1/4 su bardağı un
- 1/4 su bardağı esmerşeker
- 1/4 su bardağı kıyılmış yerfıstığı ve badem
- Yarım tatlı kaşığı tarçın
- 50 gram tereyağı
- 2 çorba kaşığı iri kıyılmış badem

Hamuru için:

- 150 gram tereyağı
- 2/3 su bardağı tozşeker
- 4 adet yumurta
- 1 su bardağı un
- 1 tatlı kaşığı kabartma tozu
- Yarım tatlı kaşığı tarçın

Süslemek için:

- 2 adet anjelik erik

HAMUR için tereyağını tozşekerle birlikte, beyaz krema kıvamı alan dek çırpın. Daha sonra teker teker yumurtaları ilave edip çırpmaya devam edin. Ayrı bir yerde un, kabartma tozu ve tarçını harmanlayıp, tereyağlı karışıma ilave edin. Daha sonra yağlanmış orta boy kelepçeli kek kalıbına boşaltın. Üzerine ikiye bölünmüş erikleri yerleştirin.
Başka bir yerde yulaf ezmesi, un, tozşeker, yerfıstığı, badem, tarçın ve tereyağını karıştırıp, eriklerin üzerine serpin. Badem serpiştirip önceden ısıtılmış 170 derece fırında 45-50 dakika pişirin. Dilimlenmiş anjelik erikle süsleyip servis yapın.

Meyveli crumble
(4-6 kişilik)

Meyve karışımı için:

- 1 su bardağı böğürtlen
- 1 su bardağı yaban mersini
- 1 su bardağı vişne
- Yarım tatlı kaşığı vanilya
- 2 tatlı kaşığı limon suyu
- Yarım tatlı kaşığı tarçın
- 1 çorba kaşığı esmerşeker
- 1 çorba kaşığı bal

Üzeri için:

- 1 su bardağı yulaf ezmesi
- Yarım su bardağı kıyılmış badem
- 2-3 çorba kaşığı hindistancevizi
- Yarım tatlı kaşığı tarçın
- 2 çorba kaşığı bal
- 1 çorba kaşığı eritilmiş tereyağı
- Servis için: Dondurma

MEYVE karışımı için tüm malzemeyi elinizle iyice karıştırıp, orta boy bir fırın kabına yerleştirin. Üzeri için tüm malzemeyi karıştırıp, fırın kabındaki meyvelerin üzerine yayın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-40 dakika, üzeri kıtır olana dek pişirin. Fırından alıp 10 dakika dinlendirin. Dondurma ile birlikte servis yapın.

Baklava yufkasından vişneli bademli strudel (4 kişilik)

- 6 adet baklavalık yufka
- 30 gram eritilmiş tereyağı
- 2 çorba kaşığı file badem
- Yarımşar çorba kaşığı pudraşekeri ve tarçın karışımı
- İç malzeme için: 3 dilim hazır kızarmış ekmek
- Yarım su bardağı kıyılmış badem
- 50 gram esmerşeker
- 1 tatlı kaşığı mısır nişasta
- Yarım limonun rendelenmiş kabuğu
- 1 çay kaşığı tarçın
- 500 gram vişne

İÇ malzeme için ufalanmış ekmek, badem, esmerşeker, nişasta, limon kabuğu ve tarçını karıştırın. Çekirdekleri çıkarılmış vişne ilave edip harmanlayın. Düz bir zemine 3 adet baklava yufkasını üst üste yerleştirin. Üzerine eritilmiş tereyağının yarısını sürüp, kalan 3 adet baklava yufkasını yerleştirin. Ortasına harcı yayıp, dikkatli şekilde rulo biçiminde sarın. Pişirme kağıdı ile kaplanmış fırın tepsisine, katlama yeri aşağı gelecek şekilde yerleştirin. Üzerine tereyağı sürüp, pudraşekerli tarçın karışımını ve bademi serpin. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 20 dakika, altın sarısı olana dek pişirin. Dilimleyip servis yapın.

Bademli revani

(6-8 kişilik)

- 4 adet yumurta
- Yarım su bardağı tozşeker
- 1 su bardağı yoğurt
- 1 su bardağı sıvıyağ
- 1 su bardağı portakallı irmik
- 1 su bardağı un
- 1 paket kabartma tozu
- 1 paket vanilya
- 3/4 su bardağı badem unu
- 1 tatlı kaşığı tereyağı

- Şerbet için: 2 su bardağı tozşeker
- İki buçuk su bardağı su
- Yarım limonun suyu

ŞERBET için tozşeker ve suyu tencereye alıp kaynamaya bırakın. Kaynamaya başlayınca 15 dakika daha kaynatıp, limon suyu ilave edin ve ocaktan alıp ılınmaya bırakın.

Ayrı bir yerde yumurta ve tozşekeri rengi açılana dek çırpın. Yoğurt ve sıvıyağ ilave edip çırpmaya devam edin. Başka bir kapta irmik, un, kabartma tozu, vanilya ve badem ununu karıştırın. Daha sonra yumurtalı karışımın üzerine ilave edip karıştırın.

Orta boy fırın kabını tereyağı ile yağlayıp karışımı içine dökün ve önceden ısıtılmış 200 derece fırında 25-30 dakika, üzeri kızarana dek pişirin. Fırından alıp, üzerine ılık şerbeti gezdirin. Oda sıcaklığına gelince üzerini bademle süsleyin. Dilimleyerek servis yapın.

Türkiye'nin en sessiz ve sakin yerlerinden Gökçeada, tatilde yavaşlamak isteyenler için iyi bir alternatif olurken lezzetten ödün vermeyenlere de yeni kapılar açıyor. Biz de Gökçeada'nın sevilen mekanlarından Biyer Kafe Dükkan'ı ziyaret ederek özel tariflerinden birini almayı ihmal etmedik.

Yazı ve fotoğraflar: Selenay Kübra KOÇER

Biyer'den lezzet notları...

Gökçeada'nın sürprizlerle dolu mekanlarından olan Biyer Kafe Dükkan, misafirlerini sıcacık atmosferiyle sarıp sarmalarken büyük bir titizlikle hazırlanan yemekleri de anne mutfağı lezzetlerini aratmıyor.

Bu küçük ve sevimli dükkanda dilerseniz mekanın kendi reçel ve tereyağlarıyla hazırlanan kahvaltılarıyla güne başlayabileceğiniz gibi, çayınızın kahvenizin yanında sadece tereyağı ve zeytinyağıyla hazırlanan börek, pasta, kurabiye, keklerle keyfinizi katlayabilirsiniz.

Sadece bu kadarla kalmayıp akşam yemeğinde Ada'nın kekik kokulu oğlak kebabı, kuzu güveç ve önceden sipariş ettiğiniz taktirde size özel hazırlanmış kalamar, karides, meze çeşitleri ve otlu balık gibi ürünleri de deneyebilirsiniz.

Zeytinyağından vazgeçemeyenler için de Ada'nın taze otları ve mevsim sebzeleriyle hazırlanan zeytinyağlı çeşitleri, otlu-pancarlı soğuk çorba, kendi yapımları koyun ve keçi yoğurduyla Gökçeada'nın tüm nimetlerini tadabilirsiniz.

Ada havasında bir yudum serinlik isteyenler ise yine mekanın özel yapımı olan limonata ve taze meyve sularını, özellikle karadut ve gelincik sularını mutlaka tatmalı. Bu özel içeceklerin yanında dondurmalı limonlu cheesecake, dondurmalı muz güzeli tatlıları ile küçük bir lezzet molası vererek adanın keyfini çıkarabilirsiniz.

Tüm bunların yanı sıra sevdiklerine özel bir hediye götürmek isteyenler de el emeği ürünler, ada zeytinyağı, ev yapımı reçeller, seramikler, ahşap çay tabakları, çuval ve bez çantalar ile geniş bir yelpaze hediyelik ürünler sunan Biyer Kafe Dükkan'ı ziyaret edebilirler.

Gün batımıyla toplanan adanın körpe kabak çiçekleri, Biyer Kafe'de tereyağlı pilava lezzet katıyor.

Tadına doyamadığınız süt reçeli çeşitlerini dilerseniz satın alabilir, hediyelik olarak sevdiklerinize götürebilirsiniz.

Soldan sağa; Ev yapımı limonata, karadut suyu ve gelincik otuyla hazırladıkları şerbet, dondurmalı limonlu cheesecake ve özel sunumuyla Türk kahvesi...

Gelincik çiçekli ekmek

(6-8 kişilik)

- 1 kase gelincik çiçeği
- 1 kase gelincik otu
- 1 su bardağı ılık süt
- 2 tatlı kaşığı kuru maya
- 1 tatlı kaşığı tozşeker
- 6 su bardağı un • 1 tatlı kaşığı tuz
- Yarım çay bardağı zeytinyağı
- 1 dilim limon • 1 su bardağı su

Kalıbı yağlamak için:

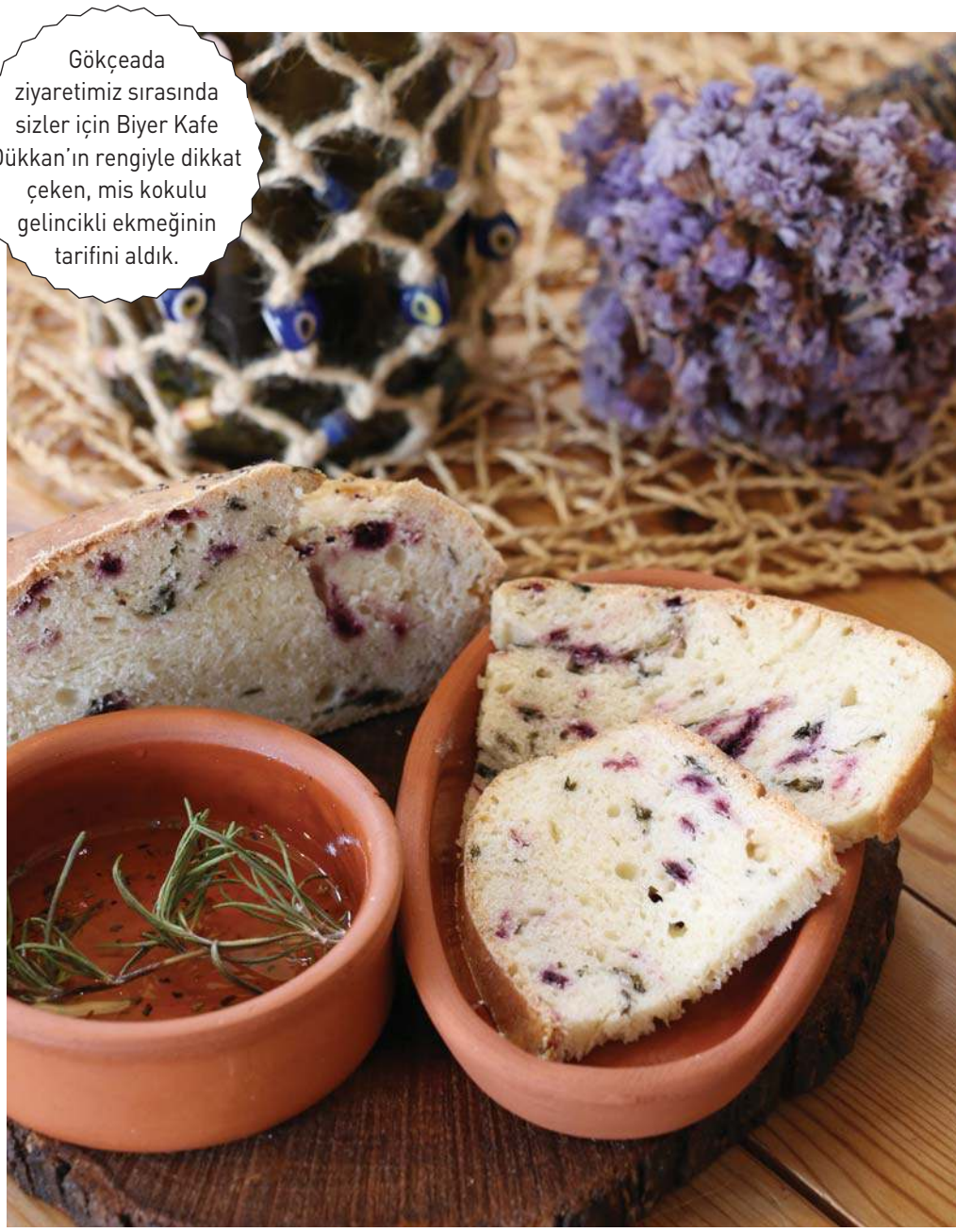
- 1 çorba kaşığı zeytinyağı
- Üzeri için: Çörekotu, haşhaş

1 ILIK sütün içine mayayı ve tozşekeri ekleyip karıştırın. Maya eridikten sonra üzerini kapatıp kabarmasını bekleyin.

2 Derin bir kaba 4 su bardağı un ve tuz ekleyip karıştırın. Unun ortasını açıp kabaran maya, zeytinyağı ve bir dilim limonun suyunu sıkıp hamuru yoğurmaya başlayın. Kalan 2 su bardağı unu ve 1 su bardağı suyu da yavaş yavaş ilave ederek yoğurun. Kulak memesi kıvamına gelip ele yapışmayı bıraktığında hamurun üzerini nemli bir bezle örterek oda sıcaklığında kabarmaya bırakın.

3 Gelincik çiçeklerinin yapraklarını tek tek ayırın. Gelincik otunu da ince kıyın. Hamur mayalandıktan sonra çiçekleri ve otu ekleyip tekrar yoğurun. Orta boy bir kek kalıbını yağlayıp hamuru elinizle yayın. Üzerini çörekotu ve haşhaşla süsleyerek önceden ısıtılmış 200 derece fırında yaklaşık 1 saat pişirin. Üzeri kızarıp iyice piştikten sonra fırından çıkarıp hafifçe su serpin ve bir bez örterek yumuşamasını sağlayın. 30 dakika dinlendirip servis yapın.

Gökçeada ziyaretimiz sırasında sizler için Biyer Kafe Dükkan'ın rengiyle dikkat çeken, mis kokulu gelincikli ekmeğinin tarifini aldık.



Ebru Baybara Demir

Dünyayı değiştirmeye mutfaktan başladı

Mardinli şef ve sosyal girişimci Ebru Baybara Demir, dünyanın en prestijli şef yarışmalarından biri olan Basque Culinary World Prize'da (Bask Dünya Aşçılık Ödülleri) 110 aday arasından ilk 10'a girerek finale kalan ilk Türk şef oldu.

İlk kez Türkiye'den bir ismin finale kaldığı yarışma, mutfak kültürü ile toplumsal fayda sağlayan şefleri ödüllendiriyor. Ödül ise şefin bizzat dahil olduğu bir sosyal sorumluluk projesinin hayata geçirilmesinde kullanılıyor.

Ebru Baybara Demir, ödüle Şanlıurfa'nın Harran ilçesinde yerel değerlere sahip çıkmak, unutulmaya yüz tutmuş yerel ürün ve tarifleri kayıt altına almak, Suriyeli mültecilerin toplumsal hayata entegrasyonuna destek olmak ve kadınların bölge ekonomisine katkıda bulunmalarını sağlamak amacıyla eğitmen şefliğini yürüttüğü Harran Gastronomi Okulu-Amazon Kraliçeleri projesi ile aday gösterildi.

Harran Gastronomi Okulu Amazon Kraliçeleri Projesi

Ebru Baybara Demir'in eğitmen şef olarak Dünya Aşçılık Ödülleri'ne aday gösterildiği Harran Gastronomi Okulu-Amazon Kraliçeleri projesi, 2016 Ağustos'unda UNHCR'nin (BM Mülteciler Yüksek Komiserliği) desteği ve komşu şehir Şanlıurfa'da Harran Kaymakamlığı işbirliği ile başladı.

Projenin amacı öncelikli olarak Harran'daki istihdam açısından dezavantajlı Türk ve Suriyeli kadınlara mesleki eğitim vererek nitelikli iş gücü potansiyeline katkıda bulunmak, istihdam olanağı yaratmak dolayısıyla sosyal entegrasyonlarına ve yaşam standartlarını yükseltmelerine destek olmak. Proje aynı zamanda bölgede eko-gastronomi turizmini ön plana çıkararak turizm potansiyelini harekete geçirmeyi de hedefliyor.

Proje kapsamında Harran ve bölgeye ait yerel ürünler ve tariflerden oluşan envanter sayesinde binlerce yıllık kültür harmanının kazanımları kayıt altına alındı. Harran Gastronomi Okulu'nda proje süresince 44'ü Suriyeli olmak üzere toplam 108 kişi eğitimlerini tamamlayıp sertifikalarını aldı. Bu 108 kişinin 64'ü kadın, 44'ü ise erkeklerden oluşuyor. 16 kadın ise eğitmen olmak üzere eğitimlerini tamamladı.

Gıda israfına karşı "Gurme Kutuları"

Metro Toptancı Market, gıda kayıplarının boyutları ve önemi hakkında kamuoyunda farkındalık yaratarak, gıda kayıp ve atıklarını önlemek amacıyla ilk adımını Nisan ayında attığı Metro Gıda Hareketi'nin devam projesi niteliğinde olan "Metro Gurme Kutuları"nı hayata geçirdi.

Metro'nun restoran ve kafeler ile yaptığı işbirliği kapsamında, tüketiciler tabaklarında kalan yemekleri "Metro Gurme Kutuları" ile paket yaptırıp çöpe gitmesine engel olarak, bir başka öğünde tüketebilecek veya hayvan dostları ile paylaşabilecekler.

Son kullanıcıları gıda kayıp ve atıkları konusunda bilinçlendirerek gıda kayıp ve atıklarının önlenmesi ve milli kaynak israfının son bulması amacıyla son tüketiciler için hazırlanan Metro Gurme Kutuları, şimdilik İstanbul'daki 14 restoranda hayata geçirilirken, projeye katılımcı sayısının artarak büyümesi hedefleniyor.

Metro Gurme Kutuları'nı bulabileceğiniz restoranlar arasında Alancha, Ağa Restoran, Basta, Feriye Palace, Hacı Abdullah, Kırıntı, Midpoint, Nev Kanyon, Nicole, Osmani, Sahrap Pera, Şahin, Welldone ve Yanyalı Fehmi de yer alıyor.

- Aylık abonelik ücreti faturanıza yansıyabilir veya ₺bakiyenizden düşebilir.
- Toplu ödeme yapmadan abone olma ayrıcalığı.

HEMEN ARAYIN

0212 354 36 04 / 0212 354 36 11 / 0212 354 36 27

WhatsApp Bilgi Hattı: 0552 357 00 00 www.turkuvazabone.com

Bu servisten tüm operatörler faydalanabilir. Sofra'ya abone olmak için **SO** yazarak **4177**'ye SMS yollamanız yeterlidir. 4177'ye gönderilen her SMS ₺0,50 olarak ücretlendirilir. Aylık dergi abonelik ücreti faturalı hatlarda ₺5,20 olup faturaya yansıtılır, ön ödemeli hatlarda ₺5,20'lik tutar bakiyesinden tahsil edilir. Belirtilen fiyatlara KDV ve kargo ücretleri dahildir. 12 sayının sonunda abonelik otomatik olarak sona erer. Sofra aboneliğini iptal etmek için **IPTAL SO** yazarak **4177**'ye SMS gönderilmesi yeterlidir.

Türk Telekom -Turkcell - Vodafone

TURKUVAZ DERGİ

Köstebek cupcake

Dr. Oetker, Köstebek Pasta ve Köstebek Tatlı'nın yeni kardeşleri Köstebek Cupcake raflarda yerini aldı. Paketin içinde bulunan özel un karışımı, krema karışımı, çikolata parçaları ve 10 adet renkli cupcake kalıbı tatlıyı kolayca hazırlamanızı sağlıyor.

İstanbul buluşması

Beslenme ve sağlıklı yaşam alanında faaliyet gösteren Sabri Ülker Vakfı, 8-9 Temmuz 2017'de İstanbul'da uluslararası bilim insanları ve iletişimcileri "Beslenme ve Sağlık İletişimi Programı"nda biraraya getirdi.

Elmalı limonata

Tropicana, pastane serisi lezzetlerine bir yenisini daha ekledi. Elma ve limonun biraraya geldiği Tropicana Elmalı Yeşil Limonata, yaz sıcaklarına ferahlık katıyor.

Mini şişede yoğun ferahlık

Türkiye'de ilk kez tüketicinin beğenisine sunulan nano şişedeki Mentos Pure Fresh sakızlar, içeriğindeki yeşil çay ekstraktı sayesinde ferah bir nefes sunuyor.

Çocuklara özel

Çocukların büyük ilgiyle izlediği çizgi film kahramanlarından Spiderman ve Disney Minnie Mouse, miniklerin uykularına Taç nevresimleriyle eşlik ediyor. Yüzde 100 pamuklu ürünler sağlıklı bir uyku sunuyor.

İlk ve tek yerli mama

Türkiye'nin tek yerli maması "Baby Goat", İzmir Dikili'de 80 bin metrekare arazi üzerine kurulu çiftliklerde doğal yoncalarla beslenen keçi sütünden ürettiği mamasını Helal Gıda Sertifikası ile tescilledi.

Tarladan mutfağa

Meksika Restoranı Los Altos İstanbul, restoran mutfağında kullanılan habanero ve jalapeno biberi, tomatillo, kişniş, yeşil limon gibi ürünleri Seferihisar Belediyesi'nden kiraladığı kendi tarlasında yetiştirmeye başladı.

Sevilen fiiller dondurma paketlerinde

Tadelle sevilen fiilleri yeni dondurma paketlerine taşıdı. Tadelle lezzeti ile dondurmayı buluşturan Tadelle dondurmaların üzerindeki gül, eğlen, gör, gez, düşle gibi fiiller duyguların dili oluyor.

Küçük üreticiye destek

CarrefourSA, Türkiye Tarım Kredi Kooperatifleri ile imzaladığı işbirliği anlaşması çerçevesinde "Yerli Tohum Taze Mahsul" projesini başlattı. İşbirliği kapsamında ilk yerli tohumlar Bursa Yenişehir'de toprağa ekildi.

Macera dolu bir yaz

Macera sporlarını tek bir çatı altında toplama fikriyle doğan "althernas.com", yamaç paraşütü, balon turu gibi onlarca farklı sporu tek bir site altında karşılaştırmalı fiyatlarla ulaşılabilir hale getiriyor.

Yaz kokuları

Yaklaşık 20 yıldır koku alanında çalışmalarını sürdüren Froma F&F, başladığı bu keyifli yolculukta her geçen gün bünyesine kattığı yeni koku tasarımlarıyla yoluna devam ediyor.

İz bırakan yaz tatlıları

Emirgan'ın gözde mekanlarından Huqqa, dünya trendleriyle sentezlediği tatlılarından öne çıkan "Brandy Snaps" ve "Tusunami"yi tatlıseverlerin beğenisine sunuyor.

Lezzetin ödülü

Uluslararası Tat ve Kalite Enstitüsü (ITQI) tarafından Belçika'da düzenlenen 93 ülkeden 950 firmanın 2000'e yakın ürünle katıldığı yarışmada, Ekici Peynir ailesinin üç ürünü Üstün Lezzet Ödülü'nün sahibi oldu.

Sofralar çiçek açıyor

Korkmaz'ın sekiz farklı seçeneği bulunan ve 86 parçadan oluşan Flora Collection yemek takımı, rengarenk çiçekli desenleri ile sofralara yaz sıcaklığını getiriyor.

"Bi' dene bence!"

Gülse Birsel, "Bi dene bence!" sloganıyla hazırlanan reklam filminde, yüzde 100 Belçika çikolatasıyla kaplı Golf Bravo dondurmaları hakkındaki görüşlerini tüketiciyle paylaşıyor.

Sağlıklı yaşam

Meyve ve sebzeleri kısa zamanda kurutarak sağlıklı yaşamı destekleyen Profilo Kurumax Gıda Kurutucusu yenilendi. Yeni tasarım Kurumax'ın elektronik kontrolü, zamanlayıcı ayarı, 11 lt hacmi, üst üste konabilen 4 saklama kabı ve 2 farklı kurutma sıcaklığı bulunuyor.

Kızartma ustasına tam not

Savola Gıda'nın kızartmalara özel ürettiği inovatif ürünü Kızartma Ustası, Ege Üniversitesi tarafından yapılan araştırma sonucunda diğer sıvıyağlara göre en az yüzde 15 daha az yağ çektiğini ve ısıya daha dayanıklı olduğunu kanıtlandı.

Evlerde değişim rüzgarı

Linens, yaz aylarında yatak odasından banyoya, salondan mutfağa evlerin her bölümünde değişiklik yapmak isteyenler için zengin ürün yelpazesi ile yüzlerce alternatif sunuyor.

Nostaljik meşrubat lezzeti

Türkiye'nin ilk derin dondurucu üreticisi olan Uğur Soğutma, satışa sunduğu yeni nesil meşrubat soğutucular ile eski pastane meşrubatlarının nostaljik lezzetini sunuyor.

Lezzeti dolgusundan, gücü tahıldan

Corny Big Brownie Tahıllı Bar, içindeki kakaolu tahıl parçaları ve kavrulmuş yer fıstığı sayesinde gün boyunca enerjik kalmanıza yardımcı oluyor. 50 gramlık paketlerde satışa sunulan ürün kahvaltının yanı sıra ara öğün olarak da tercih edilebiliyor.

Formuna dikkat edenlere

Kilo yönetimine destek olan bitkileri bir araya getiren Doğadan, kiraz saplı, ananaslı, limonlu, kayısılı erikli, elma kromlu ve karışık seçenekleri ile kaliteli yaşama özen gösterenlere destek oluyor.

Tat ustası

Bayramoğlu Döner'in ustası Aytekin Şensoy, Beyoğlu Münhasır Döner & Kebap'a transfer oldu. Kebabın yanı sıra Türk Mutfağı'ndan seçkin tatları da mönüsüne ekleyen Münhasır Döner & Kebap'da kullanılan etler özel tedarikçilerden temin ediliyor.

Japon Mutfağı sevenlere

Yazın formum da yerinde olsun, Japon yemeklerinden de yiyeyim diyenler için Miyabi Sushi & Grill Bar'ın ortağı Yüksel Akkök, "Horenso salad", "Sashimi salad", "Miso soup" ve "Sashimi mori" gibi düşük kalorili yiyecekleri tercih etmelerini öneriyor.

Ortamın havasını değiştirir

Yatak odasından banyoya, mutfaktan ofise her alanda kullanılabilen Piknik Bardak Mum, vanilyalı, elmalı ve kavunlu seçenekleri ile bulunduğu ortamın havasını değiştiriyor.

Sofrada keyif

Karaca Fine Pearl koleksiyonlarından biri olan Heritage Yemek Takımı, yalın altın kontürler ile bezenmiş zarif formuyla görkemli Osmanlı saray sofralarının ihtişamını günümüze taşıyor.

60. yıl kataloğu

Geniş ürün yelpazesi ve kendine özgü lezzetleriyle hizmet veren Pelit, "Hayatı Kutla" mottosuyla 60. yılına özel yeni pasta seçeneklerinin yer aldığı kataloğunu müdavimlerine sunuyor.

Minimum alan, maksimum fayda

Silverline Ankastre'nin yenilikçi ürünü R12058W02 Ankastre Buzdolabı, 250 lt hacmi ve tüm mutfak mobilyasıyla entegre olabilme özelliğiyle küçük mutfaklara çözüm üretiyor.

Metro Toptancı Market'in Türkiye gündemine taşıdığı ve büyük önem verdiği "Coğrafi İşaretli Ürün"lerin sayısı her geçen gün artıyor. Son olarak dünyanın en lezzetli kayısısı olarak bilinen Malatya kayısısı Avrupa Komisyonu'ndan coğrafi işaret tescili aldı.

Malatya kayısısı tescillendi

Keyifli anları paylaşmak isteyenlere

Türkiye'nin en pratik suflesi Ülker O'lala şimdi paylaşıma uygun 6'lı mini sufleleriyle raflardaki yerini aldı. O'lala Sufle Mini, yaz aylarında meyve ve dondurmayla tüketilebiliyor.

Aile genişliyor

Yumuşacık lezzeti, ağızda eriyen kıvamı ve pratik kullanımı ile Sütaş Süzme, yüzde 100 keçi sütünden yapılan "Süzme Keçi", pratik kullanımlı "Süzme Kutu Kutu" ve "Süzme Küp Küp" ile aileyi genişletmeye devam ediyor.

Deniz serinliği

Naif tasarımlarıyla dikkat çeken farklı boyutlardaki Lav Mia sürahileri ve Bodega bardakları, günlük su ihtiyacını gidermek için şık bir alternatif olurken, küçük dokunuşlarla evlerde bambaşka konseptler yaratma imkanı veriyor.

Bodrum'a yepyeni bir tat

Koruyucu katkı maddesi kullanmadan, doğal ve el yapımı tatlıları ile adından söz ettiren Bodrum'un yeni mekanı Tatlıcı'da, Belçika çikolatalı profiterolden vegan keke kadar her damağa hitap eden tatlılar bulunuyor.

Ödüllü kitap

Ömür Akkor'un Komili'nin katkıları ile hazırladığı "Komili Lezzet Seyahatnamesi", dünyanın en prestijli yemek kitabı yarışması olan Gourmand World Cookbook Award'ta ödüle layık görüldü.

Yazlık lezzetler

Nişantaşı'nın gözde mekanı Nopa, yaz mönüsünde yer alan tatları ile mevsimin en güzel lezzetlerini sofranıza taşırken, keyifli bahçesiyle günün her saati misafirlerine konforlu ve serin bir ortam sunuyor.

Formunu düşünenlere

Cakes & Bakes, kepekli havuçlu, unsuz çikolatalı ve kinoalı çikolatalı olmak üzere üç farklı kek seçeneğinin yanı sıra vişneli glutensiz muffin ve light cheesecake lezzetleri ile sağlığını ve formunu önemseyenleri yalnız bırakmıyor.

Kahvaltının adresi

Şehrin ortasında, yeşillikler içinde yer alan Dalyan Club'ün eşsiz kahvaltısı ile büyükler kahvaltının keyfini sürerken, çocuklar da Kids Club'de gün boyu eğlenceli saatler geçiriyor. Tel: (0216) 348 58 41

Sudan gelen sağlık

Freşa tarafından Türkiye'de ilk kez üretilen Bio Life antioksidanlı su, meyve ve sebze aromaları ile tatlandırılmış doğal mineralli suyun bileşiminden oluşuyor. Ürünün yeşil, turuncu ve kırmızı sebze-meyvelerden oluşan çeşitleri bulunuyor.

Salatalarınıza tat katın

Emsan Verna Yağlık-Sirkelik, kolay kullanım ve temizleme imkanı ile salatalarınızın tadına tat katarken, özgün tasarımı ile de sofralarınıza şıklığı taşıyor.

Sıcak günlere soğuk çay

Sıcak yaz günleri için pratik çözümler sunan Bosch TTA 5603 Çay Makinesi, tek dokunuşla serinletici buzlu çay tarifleri denemek isteyenler için hayatı kolaylaştırıyor.

Minimalist tasarım

Dünya trendlerini kendine özgü tasarımlarıyla sunan Porland, dekorasyonda farklı ürün kategorilerinde etkisi görülen bakır trendini minimalist bir tasarım ile yeni serisi Copper Line'da buluşturdu.

Yaza lezzet katın

Saray Bisküvi'nin Dolce Kek ailesi yeni üyeleri ile büyümeye devam ediyor. Yumuşacık kekiyle iştah kabartan yeni Dolce çeşitlerinin kalbinde muz ve limon kreması bulunuyor.

Yeni reklam filmi görücüye çıktı

Eti Alasko Frigo, yeni reklam filmini yayınladı. Klasik lezzetlerine yeni ürünler ekleyen Eti Alaska Frigo'nun, sütlü, bitter, mozaik ve antepfıstıklı çeşitleri bulunuyor.

Tatlı sürprizler

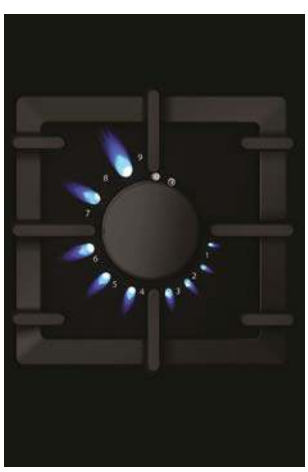
Çikolata ve bisküviyi aynı üründe birleştiren Milka, 3 farklı bisküvisi ile raflardaki yerini aldı. Kıtır bisküviyi Milka çikolatası ile birleştiren Milka Bisküvi'nin "Choco Moo", "Choco Grains", "Lila Stix" çeşitleri bulunuyor.

Günün her öğününe

Philips Daily Collection Ekmek Kızartma Makinesi, günün her öğünü için 8 farklı ayarda ekmek kızartırken, çörek ısıtma ve buz çözme gibi fonksiyonları ile de mutfaktaki hayatı keyfe dönüştürüyor.

Mutfak teknolojisi

Siemens Ev Aletleri'nin stepFlame teknolojisine sahip yeni iQ serisi gazlı ocakları, orantılı şekilde alev gücünü ayarlarken, yemeklerin tam kıvamında ve kolayca pişmesine olanak sağlıyor.



Ferahlatıcı yaz mönüsü

Her yıl yaz ve kış olmak üzere iki mönü hazırlayarak mevsimine göre taze ve doğal lezzetler sunan Özsüt, yepyeni tatlarını yaz mönüsü ile Haziran ayından itibaren konuklarıyla paylaşmaya başladı.

Mutfak sırları

Ünlü şeflerin mutfak sırlarını tüketicileri ile paylaşan İçim, Refika Birgül'ün yeni tariflerini Youtube kanalı üzerinden paylaşıyor. Refika Birgül, her hafta yeni ve özel bir tarif ile "İçim Şef ile Şeflerin Sırrı" programında olacak.

Mutfakta pratik çözümler

Cook kendinden kilitli buz torbası, yeni geliştirilen sistemi sayesinde ağzını bağlamaya gerek kalmadan içi doldurulup ters çevrildiğinde kendiliğinden kilitleniyor.

fihrist

çorbalar

Güveçte kabaklı enginarlı çorba s. 61

deniz ürünleri

Çipura dolması s. 81
Deniz ürünlü güveç s. 54
Fırında bebek ahtapot s. 82
Kağıtta damla sakızlı levrek s. 80
Kalamar dolma s. 78
Karides güveç s. 82
Sardalyalı mısır ekmeği s. 79

et yemekleri

Dana rosto s. 30
Dolgulu köfte s. 28
Fırında fıstıklı kebap s. 33
Fırında hindi s. 41
Fırında keçi peynirli ve pazılı tavuk s. 46
Fırında sebzeli et s. 32
Fırında siyah pirinç dolgulu tavuk s. 42
Fırında yulaflı ve fındıklı çıtır tavuk s. 41
Güveçte kayısılı kuzu yahni s. 60
Hindi rulo köfte s. 42
Kabak beğendili pirzola s. 27
Kaburga dolması s. 29
Kağıt kebabı s. 26
Kurufasulyeli tavuk güveç s. 59
Patlıcanlı güveç s. 56
Polenta üzerinde fırında hindi but s. 45
Safranlı pirinçli kuzu güveç s. 58
Sebzeli kuzu tandır s. 31
Soğan kebabı s. 71
Testi kebabı s. 75
Tokat tavası s. 73
Vişne soslu hindi füme s. 44
Zorkun tavası s. 76

hamur işleri ve pilavlar

Anatolia ekmeği s. 86
Chia ekmeği s. 84
Çift katlı tortilla pizza s. 64
Fırında bolonez soslu makarna s. 20
Fırında tavuklu pilav s. 20
Fodula s. 70
Fransız baget ekmeği s. 90
Gelincik çiçekli ekmek s. 99
Girit kabağında deniz mahsullü pilav s. 22
Glutensiz krik krak s. 86
Glutensiz tahıllı ekmek s. 89
Ispanaklı lorlu midye makarna s. 23
Kadayıf böreği s. 35
Kıymalı açma börek s. 37
Köfte pilav dürüm s. 25
Kuru domatesli kek s. 65
Patlıcan spagetti muffin s. 20
Peynirli sebzeli yufka böreği s. 34
Pizza s. 38 / Roll ekmek s. 88
Taze soğanlı Pomak pilavı s. 24
Yumurta ve peynir dolgulu mini bazlamalar s. 62

sebze yemekleri ve salatalar

Dip soslu parti sebzeleri s. 66
Fırın mücver s. 50
Fırında patates ve soğan s. 63
Fırında pazı kavurma s. 52
Fırında semizotlu omlet s. 48
Fırında taze fasulye s. 49
Fırında zeytinyağlı dolma s. 52
Karışık kızartma s. 51
Peynirli mantarlı güveç s. 56

tatlılar

Bademli revani s. 97
Baklava yufkasından vişneli bademli strudel s. 96
Erikli kek s. 94
Granolalı fırın armut s. 92
Haşhaşlı yoğurt tatlısı s. 74
Keçiboynuzu unlu granola s. 68
Lor sarması s. 72
Mereng pastacıklar s. 67
Meyveli crumble s. 94
Şekerli pide s. 36
Vişneli yaban mersinli ve böğürtlenli galette s. 93

gelecek sayı

Sofra'da Bayram

Kurban Bayramı hazırlıklarına şimdiden başladık... Bayram sofralarına yakışan çeşit çeşit et yemekleri, mönü önerileri, tatlılar ve en güzel misafir ikramları Eylül sayımızda...

TERMİKEL Digitouch

Sadece ankastre değil, akıllı bir ev asistanı

10 İnch dokunmatik tablet•Dokunmatik kullanıcı paneli• 850 m³ güçlü emiş motoru•halojen aydınlatma • Programlı otomatik kapanma•Uzaktan kumanda ile kontrol edilebilir sistem•Düşük ses seviyesi

www.termikel.com.tr

facebook.com/Termikel twitter.com/Termikel_TR instagram.com/termikelturkiye youtube.com/Termikel_TR

TERMİKEL

Flora Collection Yemek Takımı
Fine Bone Porcelain • 86 Parça

www.korkmaz.com.tr /lezzetuzmani /lezzetuzmani /lezzetuzmani